

Mestrado em Psicologia do Desporto e Exercício

Aplicação da Teoria da Autodeterminação ao Contexto do Futebol

**Estudo do impacto do clima motivacional, na regulação da motivação e na
perceção de esforço dos atletas, no contexto do futebol**

**Dissertação apresentada com vista à
obtenção do grau de Mestre em Psicologia, na
especialidade de Psicologia do Desporto e do
Exercício**

Orientação: Professor Doutor Luís Cid

Coorientação: Professor Doutor João Moutão

Diogo Manuel Teixeira Monteiro
Rio Maior, ESDRM – Julho de 2013

Agradecimentos

“ Se nós queremos ser bem-sucedidos, precisamos de ter dedicação total, ir ao nosso limite e dar o melhor de nós mesmos” (Airton Senna)

Ao concluir este trabalho, inúmeras sensações, recordações, memórias e momentos se apoderaram de mim, pois o *timing* deste ciclo está a chegar ao fim, e o fim deixa sempre mais nostalgia. Contudo, sei que este ciclo se encerra, mas muitos outros começarão, porque tudo acaba aqui, mas também, tudo começa aqui. De qualquer das formas estou plenamente convicto e confiante que estes novos ciclos serão recheados de imensas experiências enriquecedoras, o que me permitirá conseguir ser o profissional que sempre sonhei e desejei. Acredito também que face às vicissitudes do momento que atravessamos, estes novos ciclos farão de mim, uma pessoa mais resiliente e autodeterminada em prol dos objetivos que acredito e que tracei para mim. Por isso, hoje faço minhas as palavras do grande poeta português, Fernando Pessoa “ *se o homem não sonha, não passa de um cadáver que procria*”. Com o finalizar deste projeto, sei também que nada nesta vida se consegue sem esforço, apoio e amizade. Desta maneira quero agradecer:

...aos meus pais por tudo o apoio que me deram ao longo destes anos, pois sem o apoio deles, não conseguiria hoje estar a terminar este ciclo, a eles, o meu sincero MUITO OBRIGADO!

...a todos os meu amigos, quer aqueles que me apoiaram de um forma direta ou indireta, e que à sua maneira me iam dando força e apoio para concluir este percurso, a eles aquele caloroso abraço e um MUITO OBRIGADO!

...ao meu amigo e companheiro de casa, Pedro Fernandes, por toda a amizade, pelas conversas, apoio, momentos, partilhas, ensinamentos, discussões, rivalidades, mas sempre com aquele carinho e afeto muito peculiar, a ele um gigante e forte abraço e um MUITO OBRIGADO!

...à minha amiga, Aida Ramos, pelo enorme coração e amizade que tem, espírito de sacrifício, pela preguiça, crescimento, partilhas, conversas e ajuda, a ela um beijo enorme, um abraço apertado e um MUITO OBRIGADO!

...ao meu melhor amigo, João Simões, que também trabalhou comigo neste projeto, mas acima de tudo quero-lhe agradecer por todo o companheirismo, ombro amigo, risadas, brincadeiras, partilhas, experiências, mas essencialmente pelo crescimento que me proporcionou enquanto pessoa, digo-lhe aqui que foi, é e será um prazer ser seu amigo e MUITO OBRIGADO por o ter conhecido e por estar presente :)!

...a todos os professores que fizeram parte deste meu percurso, em especial ao professores do grupo de Psicologia (P. Anabela Vitorino; P. Carla Chicau; P. Carlos Silva; P. Luís Cid; P. Luís Gonzaga e P. Joana Sequeira), a eles o meu obrigado por todos os ensinamento, papel ativo, disponibilidade, experiências, partilhas e pelo conhecimento que adquiri ao longo da minha formação e que será bastante útil no meu futuro profissional e pessoal!

...ao meu orientador, Professor Doutor Luís Cid, pelos ensinamentos, encorajamento, incentivo, paciência, disponibilidade, pela forma particular de motivar, trabalhar, pelos, objetivos traçados e também pela forma empolgante com que me passou o conhecimento neste trabalho árduo, mas acima de tudo gratificante. Quero que saiba que foi um prazer trabalhar consigo e espero não ficar por aqui. É sem dúvida um grande profissional, MUITO OBRIGADO!

... ao meu coorientador, Professor Doutor João Moutão, pelo acreditar, incentivo, disponibilidade e também pelo coragem passada para terminar este trabalho, a ele o meu MUITO OBRIGADO!

...a todos os meus amigos e colegas da Comissão de Praxe, Bagatuna, Nepde, pois na vossa presença tive oportunidade de viver momentos marcantes e inesquecíveis neste meu caminho, a vocês o meu eterno MUITO OBRIGADO!

...a todos os meus colegas de turma, tanto licenciatura, como mestrado, com quem tive o prazer de aprender, repartir e adquirir novos conhecimentos e experiências que me serão extremamente úteis, durante os novos caminhos que aí virão, mas também para a minha vida pessoal, a vocês o meu MUITO OBRIGADO!

...por fim, mas não menos importante, a todos os clubes, atletas e treinadores que se prontificaram e facilitaram na recolha de dados, o meu MUITO OBRIGADO!

TU ÉS AQUELA...

Índice Geral

Índice de Figuras.....	6
Índice de Quadros	7
Abreviaturas	8
Resumo.....	9
Estudo 1.....	9
Estudo 2.....	9
Abstract	11
Study 1	11
Study 2	11
1- Introdução Geral	13
1.1 Pertinência do Estudo	13
1.2 Definição do Problema, Objetivos, Hipóteses e Modelo em Estudo.....	17
1.2.1 Definição do Problema	17
1.2.2 Objetivos	17
1.2.3 Hipótese e Modelo em Estudo.....	17
1.2.4 Estrutura da Investigação.....	18
2- Estudo 1: Validação confirmatória da versão portuguesa do Behavioral Regulation Sport Questionnaire (BRSQ)	19
2.1 Introdução.....	19
2.2 SubTeoria da Integração Organísmica (OIT).....	21
2.3 Instrumentos de Avaliação da Motivação no Desporto	25
3 Metodologia.....	28
3.1 Participantes.....	28
3.2 Instrumentos.....	28
3.3 Procedimentos.....	28
3.3.1 Recolha de Dados	28
3.3.2 Análise Fatorial Confirmatória (AFC).....	29
4 Resultados	33
5 Discussão e conclusão	36
1- Estudo 2: Impacto do clima motivacional, na regulação da motivação e perceção de esforço dos atletas na modalidade de futebol	40
1.1 Introdução.....	40

1.2 Teoria dos Objetivos de Realização (AGT).....	42
1.3 Relação entre a Teoria dos Objetivos de Realização e a Teoria da Autodeterminação.....	46
2 Metodologia.....	49
2.1 Participantes.....	49
2.2 Instrumentos.....	49
2.3 Procedimentos.....	50
2.3.1 Recolha de Dados.....	50
2.3.2 Análise de Equações Estruturais (SEM).....	51
3 Resultados.....	51
4 Discussão e conclusão.....	53
5 Referências Bibliográficas.....	57
Introdução Geral	57
Estudo- 1	59
Estudo-2	65

Índice de Figuras

Figura 1- Modelo em Estudo	18
Figura 2- Continuum motivacional subjacente à SDT	23
Figura 3- Parâmetros Individuais Estandardizados do Modelo 3 (2 fatores de 2ª ordem, 6 fatores 1ª ordem, 18 itens)	35
Figura 4- Sequência Motivacional inerente à SDT	41
Figura 5- AGT	45
Figura 6- Parâmetros Individuais Estandardizados do Modelo Estrutural Hipotetizado	53

Índice de Quadros

Quadro 1- Índices de Ajustamento do Modelo de Media do BRSQ (n=623)	33
Quadro 2- Parâmetros Individuais Estandarizados do Modelo 2 (6 fatores, 18 itens) .	34
Quadro 3- Índices de Ajustamento do Modelo Estrutural Hipotetizado	52

Abreviaturas

AFC Análise Fatorial Confirmatória

AGT Teoria dos Objetivos de Realização (*Achivement Goal Theory*)

BPN Necessidade Psicológicas Básicas (Basic Psychological Needs)

BRSQ *Behavioral Regulation Sport Questionnaire*

CFI *Comparative fite index*

Df Graus de liberdade (*degree of freedom*)

IMI *Intrinsic Motivation Inventory*

MCSYS *Motivational Climate Scale Youth Sports*

ML *Maximum Likelihood*

NNFT *Non-Normed Fit Test*

SDT Teoria da Autodeterminação (*Self-Determination Theory*)

SEM Modelação de Equações Estruturais (*Structural Equation Modeling*)

SRMR *Standardized Root Mean Square Residual*

SMS *Sport Motivation Scale*

S-B χ^2 Teste do Qui-Quadrado (corrigido para a não normalidade)

RMSEA *Root Mean Square Error Approximation*

OIT Teoria da Integração Organísmica

TLI *Tucker-Lewis Index*

ULI *Unit Loading identification*

UVI *Unit Variance identification*

χ^2 Teste do Qui-Quadrado

Resumo

Estudo 1

Validação confirmatória de um instrumento de avaliação da motivação no desporto (BRSQ- Behavioral Regulations Sport Questionnaire)

O objetivo principal do estudo é a apresentação dos resultados da validação confirmatória, da versão portuguesa do BRSQ (*Behavioral Regulation Sport Questionnaire*), com recurso à Análise Fatorial Confirmatória (AFC), realizada com uma amostra (n=623) de futebolistas, da divisão distrital e nacional, das categorias de iniciados, juvenis, juniores e seniores, com uma média de idades de $18,28 \pm 4,89$. Os resultados obtidos mostram que a versão final do BRSQ (6 fatores/18 itens) possui bom ajustamento aos dados: S-B $\chi^2 = 365.6$; df = 120 ; p = .000 ; S-B $\chi^2/df = 3.05$; SRMR = .055 ; NNFI = .907 ; CFI = .927 ; RMSEA = .057 90%IC RMSEA = .051 -.064. Relativamente aos pesos fatoriais dos itens do BRSQ, todos eles apresentam um fator $\geq .05$, o que nos leva a concluir que a versão Portuguesa do BRSQ, pode ser utilizada, com elevada confiança na avaliação da motivação no contexto do desporto.

Palavras-Chave: Motivação; Teoria da Autodeterminação; Desporto; Análise fatorial confirmatória.

Estudo 2

Analisar qual o impacto do clima motivacional, na regulação da motivação e esforço dos atletas, na modalidade de futebol

O objetivo principal deste estudo é testar dois modelos motivacionais, Teoria da Autodeterminação e Teoria dos Objetivos de Realização, com recurso à análise de equações estruturais (SEM), com o intuito de perceber qual o impacto do clima motivacional na regulação da motivação e esforço dos atletas. Participaram neste estudo 460 atletas (N=460), da modalidade de futebol, todos do gênero masculino, do nível distrital e nacional, das categorias de iniciados, juvenis, juniores e seniores, com uma média de idades de $17,42 \pm 4,37$. Os resultados obtidos mostram Um clima motivacional orientado para a tarefa, tem um efeito positivo, com a motivação autónoma, que por sua

vez tem um efeito positivo com a percepção do esforço. Por outro lado um clima motivacional orientado para o ego tem um efeito positivo sobre a motivação controladora, que por sua vez tem um efeito negativo na percepção do esforço, no entanto esta não é significativa. Relativamente ao modelo de SEM, concluímos que este possui bons valores de ajustamento: S-B $\chi^2= 288.84$; $df =147$; $p=.000$;S-B $\chi^2/df=1.96$;SRMR=.049;NNFI=.912 ;CFI=.924 ;RMSEA=.046 90%IC RMSEA=.038-.054.

Palavras- Chave: Teoria da Autodeterminação; Teoria dos Objetivos de Realização; Esforço; SEM.

Abstract

Study 1

Confirmatory validation of an instrument for evaluation of motivation in sport (BRSQ-Behavioral Questionnaire Sport Regulations)

The main purpose of the study is the presentation of the results of the confirmatory validation of the Portuguese version of BRSQ (Behavioral Regulation Sport Questionnaire), using the Confirmatory Factor Analysis (CFA), performed with a sample ($n = 623$) of footballers, the district and national division, categories of insiders, youth, juniors and seniors with an average age of 18.28 ± 4.89 . The results show that the final version of BRSQ (6 items factors/18) has good fit to the data: $SB \chi^2 = 365.6$, $df = 120$, $p = .000$; $B\chi^2 - S^2 / df = 3.05$, $SRMR = .055$; $NNFI = .907$, $CFI = .927$, $RMSEA = .057$ $RMSEA\ 90\% \text{ CI} = .051 - .064$. As regards the factor weights of items BRSQ, they all have one feature factors $\geq .05$, which leads us to conclude that the Portuguese version BRSQ, can be used with high confidence in the assessment of motivation in the context of sport.

Key- Words: Motivation; Selfdetermination Theory; Sport; Confirmatory Factor Analysis (AFC).

Study 2

Analyze the impact of motivational climate in the regulation of motivation and effort of the athletes in the sport of football

The main purpose of this study is to test two motivational models, Self-Determination Theory and Achievement Goal Theory, using the analysis of structural equation (SEM), in order to understand what impact the motivational climate in the regulation of motivation efforts of athletes ($n=460$) athletes participated in this study, the sport of

football, all males, the district and national level, categories of insiders, youth, juniors and seniors with a mean age of 17.42 ± 4.37 . The results show a motivational climate task-oriented, has a positive effect with autonomous motivation, which in turn has a positive effect with the perception of effort. On the other side a motivational climate oriented ego has a positive effect on motivation controller, which in turn has a negative effect on the perception of effort, however this is not significant. Regarding the SEM model, we conclude that this adjustment has good values: $SB \chi^2 = 288.84$, $df = 147$, $p = .000$; $B\chi^2 / df = 1.96$, $SRMR = .049$, $NNFI = .912$, $CFI = .924$, $RMSEA = .046$ $RMSEA\ 90\% \ CI = .038 - .054$.

Key- Words: Selfdeterminaion Theory; Achievement Goal Theory; Effort; Structural Equation Modeling (SEM).

1- Introdução Geral

1.1 Pertinência do Estudo

A motivação é um tema clássico e bastante estudado no âmbito da Psicologia do Desporto, pois todos nós procuramos razões para o nosso envolvimento, ou não, numa determinada atividade, tal facto corrobora com o estudo de (Pelletier, Fortier, Vallerand & Briere, 2001), onde os autores afirmaram que desde a década de 80, que a investigação sobre estas questões se expandiu consideravelmente, na tentativa de explicar como as pessoas se autorregulam, mas também para perceber o porquê de algumas falharem na autorregulação. Desta forma faz sentido que a motivação seja um assunto tão investigado e que tenha muitas publicações, tal como afirmam (Biddle & Mutrie, 2001; Harwood & Biddle, 2002). De acordo com Weiss e Ferrer-Caja (2002), à luz da Psicologia do Desporto, a motivação tem sido estudada tendo em conta duas perspetivas interrelacionadas, ou seja, motivação como fator de diferença individual com base nas características motivacionais que os sujeitos possuem e como essas características influenciam os resultados psicológicos (e.g. percepção de competência, esforço, respostas emocionais e afetivas) e o comportamento para a atividade (e.g. frequência, intensidade, persistência).

No âmbito da Psicologia do desporto existem diversas publicações que abordam a motivação (ver: Pelletier, Fortier, Vallerand & Briere, 2001; Ntoumanis, 2001a; Sarrazin, Vallerand, Guillet, Pelletier & Cury, 2002), pois para além de perceber e explicar o envolvimento, ou não na modalidade, a motivação está também relacionada com três componentes: direção (i.e. relacionada com a escolha da atividade, através da qual o indivíduo pretende alcançar um determinado objetivo); intensidade (i.e. quantidade de energia utilizada pelo sujeito na prática da modalidade); persistência (i.e. ligada à continuidade, ou não, do sujeito na modalidade), (Alves, Brito & Serpa, 1996; Ryan & Deci, 2000a; Biddle & Mutrie, 2001; Vallerand, 2004; Kingston, Harwood & Spray, 2006).

Desta forma definimos motivação como um conceito geral utilizado para compreender o complicado processo que coordena e dirige a direção, intensidade e esforço dos sujeitos (Weinberg & Gould, 1995, 2001).

Alves, Brito e Serpa (1996) realçam, que etimologicamente motivação deriva do latim e significa *movere*, conferindo desta forma uma ideia de movimento.

A motivação é um processo ativo e que estimula os sujeitos para uma certa atividade (Finch, 2002), atuando como um impulsionador para que os sujeitos realizem uma determinada tarefa ou atividade (Dósil, 2004; Wang & Biddle, 2007). Weinberg e Gould (2001) dão ênfase ao facto de que a maior parte dos sujeitos coloca o seu conceito de motivação, numa de três direções motivacionais: visão centrada no participante; visão centrada na situação e visão interacionista. As primeiras duas visões destacam que o nível de motivação é inicialmente determinado pelas características individuais e situacionais, respetivamente. Por outro lado a visão interacionista (indivíduo-situação) é a mais aceite por Psicólogos do Desporto, pois a motivação não está dependente somente de fatores individuais nem de fatores situacionais, mas sim da interação entre estes dois fatores.

Samulski (2002) refere-se à motivação como o somatório dos fatores que originam a atualização de formas de comportamento direcionado a um objetivo, caracterizado por um processo ativo, com intenção e orientado para uma finalidade, dependendo da interação dos fatores pessoais/internos e dos fatores externos/meio envolvente.

Quando abordamos a interação entre fatores internos e externos estamos claramente a falar de motivação intrínseca e extrínseca.

Deci e Ryan (1985) afirmam que a motivação intrínseca é a fonte de energia central de ativação natural do organismo.

Para (Ryan & Deci, 2000a; Vallerand & Rousseau, 2001; Vallerand, 2004) a motivação intrínseca está associada a comportamentos internos que geram prazer, divertimento e desafio. Estes comportamentos internos estão muito relacionados com atividades recreativas e de ocupação de tempos livres (Ntoumanis, 2001b).

Deci e Ryan (1985) acrescentam ainda que a motivação intrínseca provém das necessidades de competência, autodeterminação e relacionamento. Para estes autores, quando o interesse é considerado um estado psicológico interno ao sujeito existe uma semelhança concetual com a motivação intrínseca.

Por outro lado, a motivação extrínseca está associada a uma grande variedade de comportamentos que estão envolvidos como um meio para atingir um fim e não para o

próprio bem (Deci & Ryan, 1985; Ntoumanis, 2001b), por outras palavras, indivíduos extrinsecamente motivados praticam a atividade para obter uma recompensa e não pelo prazer que esta proporciona. Estas recompensas por vezes são alheias à própria atividade (e.g. dinheiro, medalhas, status) (Vallerand, 2004).

Atualmente a investigação nesta temática está orientada para a integração de modelos teóricos, com o intuito de explicar o comportamento dos sujeitos (Biddle & Mutrie, 2001; Roberts, 2001).

Roberts (2001) sustenta que existem pelo menos trinta e duas teorias diferentes sobre a motivação. Kingston, et al., (2006), consideram a SDT (self determination theory) e AGT (achievement goal theory), como as abordagens mais mediáticas e atuais, para estudar os processos motivacionais na Psicologia do Desporto. Calvo, Leo, Sánchez, Jiménez e Cervelló (2008) salientam que a SDT e a AGT são as duas teorias mais importantes do contexto desportivo, pois nos últimos anos estes dois modelos teóricos têm contribuído para a compreensão dos padrões cognitivos, comportamentais e emocionais relacionados com o objetivo dos participantes no contexto desportivo.

A SDT e a AGT são teorias motivacionais sociocognitivas, pois preocupam-se em estudar não só o modo como os indivíduos atribuem significado à modalidade, mas também a forma como a perceção afeta o envolvimento (Ntoumanis, 2001a; Kingston, et al., 2006).

Álvarez, Castillo, Duda e Balaguer (2009) destacam que desde os princípios do estudo da motivação, a AGT e a SDT, sustentam que o ambiente criado pelas pessoas significativas têm um papel deveras importante para que as pessoas se movimentem de forma mais ou menos autónoma, mais ou menos controladora. Estas duas teorias postulam que a motivação autodeterminada tem consequências positivas para os sujeitos.

Estes postulados ganharam mais apoio, com as investigações na área do Desporto. Atualmente, um dos interesses centrais da investigação em Psicologia do Desporto, está relacionado com atmosfera social criada pelo treinador e o desenvolvimento da motivação autodeterminada dos seus atletas (Balaguer, 2007).

De acordo com Deci e Ryan (2000), o envolvimento para a tarefa tem uma relação positiva com a motivação intrínseca, por outro lado, um envolvimento para o ego tem uma relação menos positiva com a motivação intrínseca. Indivíduos orientados para a tarefa estão altamente relacionados com formas de motivação mais autodeterminadas (i.e. motivação autónoma), enquanto indivíduos orientados para o ego possuem uma relação direta com formas de motivação menos autodeterminadas (i.e. motivação controladora) (Ntoumanis, 2001a). Atletas que persistem na prática da atividade revelam níveis mais elevados de motivação autodeterminada (Pelletier, Fortier, Vallerand & Brière, 2001). Clima para tarefa e orientação para a tarefa estão relacionadas positivamente com a motivação autodeterminada, enquanto o clima e orientação para o ego estão relacionados negativamente com a motivação autodeterminada Calvo, Leo, Sánchez, Jiménez e Cervelló, (2008), Álvarez, Castillo, Duda e Balaguer (2009), Moreno, Cervelló e González-Cutre, (2010); López-Walle, Balaguer, Castillo e Tristán, (2011).

Spray, Wang, Biddle e Chatzisarantis (2006), num estudo onde foram avaliar os estilos comunicacionais numa tarefa da modalidade de golfe, percebendo de que forma a comunicação autónoma ou controlada exercia influência nessa tarefa, concluíram que os sujeitos que tinham liberdade para comunicar (autonomia) mostraram maior prazer e permaneceram durante mais tempo na tarefa em relação aos sujeitos que comunicação controlada, revelando que a autonomia tem uma forte relação com a tarefa, enquanto orientação para o ego está mais direccionada para com o controlo, tal facto vai de encontro ao estudo Balaguer (2007) onde a autora concluiu que quando os atletas sentem que têm liberdade de escolha movimentam-se com prazer, no entanto, quando sentem que alguém os controla eles sentem pressão porque estão a ser controlados por alguém. De acordo com Sarrazin, Vallerand, Guillet, Pelletier e Cury (2002), um clima motivacional envolvendo a tarefa facilita, enquanto um clima motivacional envolvendo o ego dificulta as percepções de competência, autonomia e relacionamento.

Assim, e tal como afirmam Kingston, et al., (2006), a motivação tem dominado a investigação em Psicologia, sendo que aproximadamente um terço dos estudos abordam esta temática, também como destacam Calvo, Leo, Sánchez, Jiménez e Cervelló (2008) que a SDT e AGT são as duas teorias que estudam a motivação, mais importantes no contexto desportivo e ainda porque existem fatores motivacionais, tanto sociais como

personais que podem promover ou frustrar a motivação autodeterminada dos atletas (Álvarez, Castillo, Duda & Balaguer, 2009).

Desta forma faz sentido, abordar estes dois modelos teóricos e perceber qual o impacto do clima motivacional, na regulação do comportamento e na percepção de esforço dos atletas em contexto desportivo.

1.2 Definição do Problema, Objetivos, Hipóteses e Modelo em Estudo

1.2.1 Definição do Problema

Qual a relação entre o clima motivacional, regulação da motivação e a percepção de esforço dos atletas na modalidade de futebol?

1.2.2 Objetivos

Assim, através desta investigação pretendemos atingir os seguintes objetivos:

1º- Validar de forma confirmatória um instrumento de avaliação da motivação no desporto (BRSQ- Behavioral Regulations Sport Questionnaire)

2º- Analisar qual o impacto do clima motivacional, na regulação da motivação e percepção do esforço dos atletas, na modalidade de futebol.

1.2.3 Hipótese e Modelo em Estudo

Desta forma, e tomando em consideração a revisão de literatura realizada (ver: Calvo, Leo, Sánchez, Jiménez & Cervelló, 2008; Álvarez, Castillo, Duda & Balaguer, 2009; Moreno, Cervelló & González-Cutre, 2010; López-Walle, Balaguer, Castillo & Tristán, 2011; Ahnadi, Namazizadeh & Mokthari, 2012) apresentamos as seguintes hipóteses:

H1: Um clima motivacional orientado para o ego tem um valor preditivo positivo sobre as formas de motivação controladoras (menos autodeterminadas). Estas, por sua vez, predizem negativamente a percepção de esforço dos atletas;

H2: Um clima motivacional orientado para a tarefa tem um valor preditivo positivo sobre as formas de motivação autónomas (mais autodeterminadas). Estas por sua vez predizem positivamente a percepção de esforço dos atletas.

Tomando em consideração as nossas hipóteses o modelo hipotético a ser estudado é o seguinte:

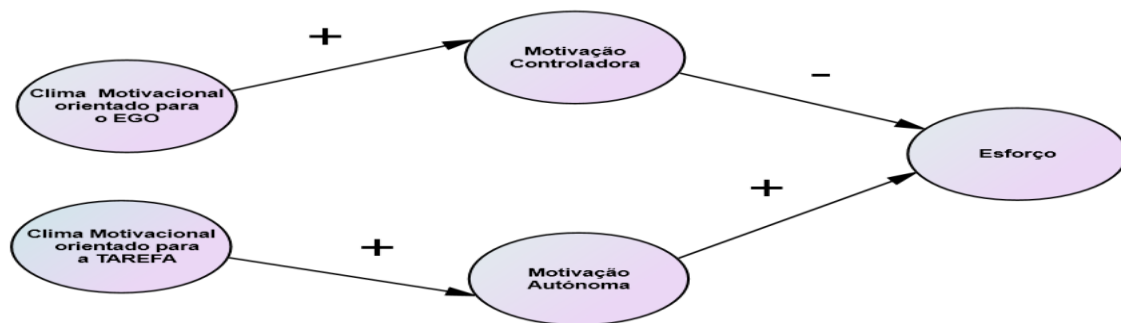


Figura 1- Modelo em Estudo

1.2.4 Estrutura da Investigação

Esta investigação será dividida em dois estudos separados individualmente:

Estudo 1: Validação confirmatória da versão portuguesa do Behavioral Regulation Sport Questionnaire (BRSQ);

Estudo 2: Impacto do clima motivacional, na regulação do comportamento e percepção do esforço dos atletas, na modalidade de futebol.

2- Estudo 1: Validação confirmatória da versão portuguesa do Behavioral Regulation Sport Questionnaire (BRSQ)

2.1 Introdução

A teoria da autodeterminação (SDT: Deci & Ryan, 1985) foi desenvolvida com o intuito de perceber os constituintes da motivação intrínseca e extrínseca, bem como os fatores relacionados com a sua promoção. Esta teoria preconiza que todos os seres humanos são organismos ativos, com tendências inatas para o crescimento e desenvolvimento psicológico, que se esforçam para dominar os desafios e integrar as suas experiências num sentido coerente, requerendo assim reforços frequentes, e apoio no ambiente social para funcionar de forma eficaz (Deci & Ryan, 1985, 2000). Desta forma, Vallerand, Pelletier e Koestner (2008) reforçam que um dos aspetos centrais da SDT recai na forma como o sujeito interage com o meio ambiente e também o significado que lhe atribui. Ntoumanis (2001a) reforça, afirmando que a influência do contexto pode ser positiva se a realização do comportamento satisfizer as necessidades psicológicas básicas (BPN), autonomia, competência e relacionamento, se assim não acontecer a influência pode ser negativa, ou seja, quando o contexto social dificulta estas necessidades, diminui a motivação intrínseca, o rendimento e o bem-estar do sujeito (Deci & Ryan, 2000). Deci e Ryan (1985, 2000) preconizam que para explicar o significado das BPN na SDT, não se pode considerar apenas o conceito teórico, mas também a meta teoria, da integração organizacional que lhe está subjacente e que será abordada no decorrer deste estudo. Gagné, Ryan e Bargmann (2003), numa investigação onde foram estudados os efeitos das percepções de suporte de autonomia dos jovens atletas ginastas, a partir dos treinadores e dos pais e a satisfação das necessidades, motivação e bem-estar, concluíram que a motivação diária para a prática de pré-bem-estar e as mudanças no bem-estar de pré até pós-prática variam consoante a satisfação das necessidades sentidas durante a prática.

A SDT é uma abordagem da motivação humana e personalidade, que utiliza métodos tradicionais e empíricos, empregando uma metateoria organizacional que destaca a importância dos seres humanos desenvolverem os seus recursos internos para o potenciamento da personalidade e do comportamento autorregulado (Ryan & Deci, 2000a). Segundo os mesmos autores a área de investigação da SDT centra-se nas tendências de crescimento e necessidades psicológicas inatas que são a base, para a integração da sua auto motivação e personalidade bem como para as condições que

favorecem os processos positivos. Para além disto esta abordagem teórica enfatiza uma explicação em três áreas nucleares do comportamento e da motivação. Numa primeira instância esclarece os antecedentes e preditores da prática, incluindo os fatores do envolvimento social, que por sua vez afetam a regulação da motivação e também algumas variáveis psicológicas importantes; posteriormente abordam os mecanismos pelos quais as variáveis antecedentes influenciam as resultantes e por fim oferece umas linhas guia, com o intuito de delinear a intervenção tendo em conta as variáveis nucleares que podem ser utilizadas em intervenções de alteração do comportamento (Hagger & Chatzisarantis, 2008).

Spray, Wang, Biddle e Chatzisarantis (2006) destacam que a SDT adianta as ideias tradicionais de motivação intrínseca e extrínseca, contemplando as necessidades de autonomia, competência e relacionamento que se conjecturam como uma indicação do comportamento motivado, tal como também refere Biddle, Soos e Chatzisarantis (1999) a SDT assenta no modelo, como um dado comportamento é regulado numa perspetiva centrada na autonomia. Ntoumanis (2001a) acrescenta, que esta teoria tem sido bastante útil, na medida em que se direciona para a importância da escolha e autonomia do comportamento humano. Esta teoria, para além de conceituar as razões para o comportamento dos sujeitos, debruça-se também sobre os tipos de objetivos que os sujeitos pretendem alcançar consoante o seu comportamento (Deci & Ryan, 2000).

Assim, e de acordo com Deci e Ryan, (1985,2000) concluímos que o principal objetivo desta abordagem teórica (SDT) centra-se nas condições do meio envolvente que promovem ou inibem o processo de automotivação.

Para além de tudo isto, a SDT, nos últimos anos tem sido aplicada aos mais diversos contextos (Deci & Ryan, 2000, 2008; Ryan & Deci, 2002). Tal facto deve-se a esta teoria oferecer uma explicação para a motivação em comportamentos onde, por vezes, nem um estímulo ou recompensa existe, mas que são continuamente realizados (Deci & Ryan, 2008). Obviamente o contexto desportivo e da Psicologia do Desporto não são exceção (Duda, Chi, Newton, & Catley, 1995; Kingston et al., (2006); Conray & Coatworth, 2007). A aplicação desta abordagem teórica ao contexto desportivo tem demonstrado a importância dos diversos fatores motivacionais, na persuasão de múltiplos benefícios, comportamentais, cognitivos e afetivos e também porque dá um grande relevo à autonomia e escolha do comportamento oferecendo desta maneira uma

explicação da direção, intensidade e persistência do comportamento em contextos desportivos (Ntoumanis, 2001b).

A SDT é uma macro teoria (Deci & Ryan, 2008), que integra quatro subteorias: Teoria da Avaliação Cognitiva; Teoria da Integração Organísmica; Teoria da Necessidades Psicológicas Básicas e Teoria da Orientação Causal. Desta maneira, os tipos de motivação e os mecanismos de autorregulação passaram a ser estudados através destas subteorias, com o intuito de investigar de forma mais aprofundada aspetos chave da SDT (Deci & Ryan, 1985, 2000). Cada uma destas teorias examina um aspeto motivacional específico e juntas compõem a SDT, a macro-teoria (Deci & Ryan, 2004).

No âmbito deste estudo iremos dar mais foco à subteoria da Integração Organísmica (OIT), pois este estudo tem por base a aplicação da SDT ao contexto do desporto, nomeadamente à regulação da motivação mas também para compreender a natureza e as dinâmicas da motivação extrínseca (Deci & Ryan, 2000).

2.2 SubTeoria da Integração Organísmica (OIT)

De acordo com Deci e Ryan (2000) a OIT explora também os contextos sociais, percebendo como promovem ou inibem a internalização e integração na regulação do comportamento. Ryan e Deci (2000b) acrescentam que a internalização e a integração são os processos, que permitem que comportamentos motivados de formas extrinsecamente se tornem mais autodeterminados. Por outras palavras, a OIT analisa e explica como as regulações externas se incorporam até à autodeterminação, com base num processo de internalização que permite ao sujeito modificar as condições em que está inserido (Ryan & Deci, 2000c). Este processo internalização é um veículo condutor, que permite aos sujeitos reorganizam comportamentos que anteriormente eram regulados extrinsecamente a tornarem-se mais autodeterminados (Deci & Ryan, 2000c). Ryan e Connell (1989) completam revelando que um maior nível de internalização assemelha-se à autonomia, ou seja, àquilo que sujeito pretende para si. Como é óbvio e à luz da SDT, estes dois processos são mais simples, quando o ambiente que rodeia os sujeitos, oferece suporte para a satisfação das três BPN, de autonomia, competência e relacionamento (Markland & Ingledew, 2007).

Assim, Deci e Ryan (1985) salientam que considerando a OIT como uma das componentes mais vastas da SDT, o comportamento dos sujeitos é regulado, por estruturas internas que se expandem através da experiência, mantendo desta maneira os sujeitos numa relação alicerçada em duas direções com o meio envolvente. Assim, e segundo os mesmos autores é compreendido como decorre o desenvolvimento dos sujeitos, tendo em conta uma perspectiva de diferenciação e integração dos estímulos externos. Ryan e Connell (1989) enaltecem que parte central da teoria da integração orgânmica é a perceção do locus de causalidade, que representa um continuum gradual de estilos ou regulações motivacionais, em vez da distinção bipolar oferecida pela teoria da avaliação cognitiva. Esse continuum é caracterizado por duas formas de motivação relativamente autónomas, a motivação intrínseca e a regulação identificada, e por duas formas relativamente controladoras, a regulação externa e a introjetada.

A motivação intrínseca é um tipo de motivação essencial, porém não é o único, quando esta motivação intrínseca diminui surge outro tipo de motivação, designada motivação extrínseca (Deci & Ryan, 2000).

A teoria da integração orgânmica estende a distinção essencial, entre motivação intrínseca e extrínseca feita na teoria da avaliação cognitiva, e tenta encontrar uma explicação para o processo em que as pessoas assimilam comportamentos regulados de forma externa, e os incorporam no seu reportório de comportamentos autodeterminados integrando-os no seu sistema pessoal. (Ryan & Connell, 1989).

Segundo (Deci & Ryan, 1985; Biddle, Soos e Chatzisarantis, 1999) o antagonismo, intrínseco-extrínseco, é bastante linear para a compreensão da motivação. Para os mesmos autores a motivação pode ser catalogada de uma forma genérica, à luz de um continuum motivacional, que varia de formas menos autodeterminadas (motivação controladora) para formas mais autodeterminadas (motivação autónoma). A amotivação, foi agrupada neste continuum, com o objetivo de descrever a ausência de qualquer motivação para a execução de um comportamento (Deci e Ryan, 1985; Biddle e Mutrie, 2001).

De acordo com Deci & Ryan, (1985, 2000), Moreno & Martinez, (2006), Álvarez, Castillo, Duda & Balaguer, (2009), López-Walle, Balaguer, Castillo & Tristán, (2011) e Ahmadi, Namazizadeh e Mokthari, (2012), este continuum engloba três tipos de motivação fundamentais: motivação intrínseca, motivação extrínseca, sendo que dentro

desta forma de motivação existem ainda quatro níveis de motivação (regulação externa, introjetada, identificada e integrada) e por fim a amotivação ou ausência de regulação, tal como ilustra a figura 2.

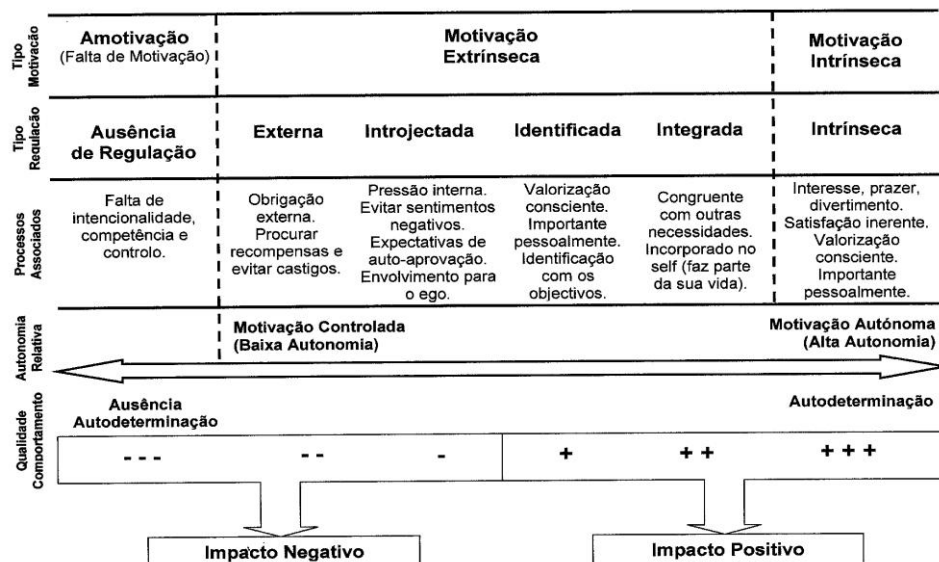


Figura 2- Continuum motivacional subjacente à SDT

(Retirado de: Cid,2010, p.12)

Seguidamente explicaremos cada uma das formas de regulação presentes neste continuum.

Amotivação

Para Deci e Ryan (2000), o estado de amotivação representa a ausência de motivação, tanto extrínseca como intrínseca e está associado a uma falta de vontade para agir. Este estado também se aplica aos sujeitos que já estejam envolvidos na prática de uma atividade, mas que deixam de a valorizar (Ryan & Deci, 2007). Standage, Duda e Noumanis (2003) a amotivação é uma falta de motivação que se caracteriza pela crença de que o sucesso não é possível e a atividade não é valorizada pelo sujeito. Ntoumanis, Pensgaard, Martin e Pipe (2004) acrescentam, que a amotivação resulta de sentimentos de incompetência e incontrolabilidade e está frequentemente ligado à vontade de abandonar. Desta forma, Pelletier, Green-Demers, Noels e Beaton (1998), propuseram 4 tipos de amotivação: amotivação proveniente da falta de habilidade; Amotivação relacionada com as crenças dos sujeitos, ou seja, o sujeito interioriza que não dispõe de

estratégias adequadas; amotivação resultante da falta de capacidade e esforço e finalmente a amotivação que deriva de um sentimento de impotência, como se fosse uma causa perdida.

Motivação Extrínseca

A motivação extrínseca refere-se ao valor instrumental que os sujeitos atribuem à modalidade (e.g. resultados; reconhecimento social) (Álvarez, Castillo, Duda & Balaguer, 2009). A motivação extrínseca relaciona-se com um leque de comportamentos que são realizados não pelo seu divertimento ou prazer, mas sim por um objetivo concreto (Biddle, Chatzisarantis & Hagger, 2001). Para os mesmos autores este facto, aponta para que se as pressões externas fossem retiradas a motivação tendencialmente iria diminuir devido à ausência de qualquer estímulo intrínseco.

Deci e Ryan (2002) sustentam que os comportamentos que são extrinsecamente motivados podem ser mais ou menos autodeterminados, tal como ilustra a figura 2.

Dentro da OIT existem 4 níveis de motivação extrínseca: regulação externa, introjetada, identificada e integrada (Deci & Ryan, 1985, 2000, 2002).

Regulação Externa: é a forma de motivação extrínseca menos autónoma, onde o indivíduo executa o comportamento simplesmente para evitar punições ou obter alguma compensação (Deci & Ryan, 2000). Salienta-se ainda que a manutenção neste estado depende do reforço externo (Deci & Ryan, 2007);

Regulação Introjetada: esta forma de motivação é menos externa que a anterior, na medida em que o sujeito realiza a atividade para evitar pressões internas (Deci & Ryan, 2000). Vallerand e Losier (1999) afirmaram que na motivação introjetada existe uma interiorização insuficiente da regulação de um comportamento;

Regulação Identificada: verifica-se quando a ação é motivada pelos resultados e benefícios da participação numa atividade. Apesar de ser uma forma mais autodeterminada, fazendo já parte do conjunto de regulações que englobam a motivação autónoma, o comportamento ainda é extrínseco, pois por vezes o sujeito ainda realiza o comportamento sem o considerar agradável ou interessante (Ntoumanis, 2001a);

Regulação Integrada: forma de motivação mais autónoma da regulação extrínseca do comportamento. Ntoumanis (2001a), esta forma de motivação não se limita à própria

atividade, dado que a decisão de realizar o comportamento é entendida como um esforço mais amplo e que fornece coerência ao todo, que constitui a percepção que um indivíduo tem de si. Por outro lado, segundo Deci e Ryan (2000), embora esta forma de regulação possua muitas qualidades inerentes à motivação intrínseca, a regulação integrada é considerada extrínseca porque os sujeitos praticam a atividade não pelo prazer e divertimento que está-lhe proporcionada, mas porque procura um determinado objetivo, ou seja, pratica ainda a atividade pelo seu valor instrumental.

Motivação Intrínseca

A motivação intrínseca é quando o sujeito realiza a atividade pelo prazer e divertimento que esta-lhe proporciona. Segundo Cid (2010), a motivação intrínseca representa o protótipo do comportamento autodeterminado. Biddle, Markland, Gilbourne, Chatzisarantis e Sparks (2001), os indivíduos são motivados intrinsecamente quando percebem que as suas capacidades são suficientes para a situação e também quando percebem que têm autonomia, autocontrolo e autodeterminação para regular as suas ações. Vallerand (2004) preconiza ainda a existência de três tipos de motivação intrínseca: Motivação intrínseca para o conhecimento (fazer a atividade, pelo prazer e aprendizagem); Motivação intrínseca para realizações (realizar a atividade, na tentativa de se superar a si próprio); Motivação intrínseca para vivenciar o estímulo (executar a atividade, pelo prazer sensorial e pela estética).

No entanto, não serão utilizadas no presente estudo, uma vez que nos interessa apenas avaliar o impacto da motivação intrínseca global.

Assim, concluímos que a TIO está subjacente a todo o continuum motivacional, porque defende a motivação intrínseca não é a única forma de motivação, pois associado a isto existe sempre um estímulo externo (e.g. vou ao treino, porque quero jogar) e também porque grande parte das tarefas que realizamos diariamente exigem motivação extrínseca e aqui já não é o prazer e o divertimento, mas sim uma consequência exterior à tarefa.

2.3 Instrumentos de Avaliação da Motivação no Desporto

A regulação do comportamento é um dos conceitos principais da SDT (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2000a). Como tal torna-se necessário a construção de instrumentos

que possam avaliar as variáveis subjacentes à SDT (Viladrich, Torregrosa & Cruz, 2011). Seguindo esta linha, para avaliar os tipos de motivação no desporto foram desenvolvidos diversos instrumentos, nomeadamente SMS de (Pelletier, Tusan, Fortier, Vallerand, Brière & Blais, 1995) e BRSQ de (Londsdale, Hodge & Rose, 2008) com intuito de avaliar as orientações motivacionais.

O SMS foi traduzido da versão francesa original *The l'échelle*, de motivação para o desporto (EMS) que foi adaptado da versão académica (AMS). O SMS mede sete formas de motivação: amotivação, regulação externa, introjetada, identificada e ainda a motivação intrínseca para o conhecimento, realização e vivência de estímulos. A forma de regulação integrada foi a única componente da motivação extrínseca que não foi identificada no SMS, ou no seu instrumento precedente, o AMS (Mallet, Kawabata, Newcombe, Otero-Forero & Jackson, 2007a).

Assim, e de acordo com (Mallet & Hanraban, 2004; Mallet, et al., 2007a; Mallet, Kawabata & Newcombe, 2007b), o SMS não mede a forma de motivação mais autodeterminada da motivação extrínseca (i.e. regulação integrada). Mallet et al., (2007a) acrescentam que não foi descoberta nenhuma investigação onde se tentasse medir a regulação integrada no desporto. Por outras palavras o SMS tem sido criticado porque só mede 5 dos 6 tipos de regulação propostos pela SDT (Mallet et al., 2007a).

Pelletier, Kabush, Vallerand e Sharp (2007) também reconheceram a necessidade de incluir itens que medissem a regulação integrada.

Porém, o SMS não apresenta só esta lacuna, mas também algumas limitações do ponto de vista das propriedades psicométricas (Mallet et al., 2007a). Segundo os autores, ao examinarem as propriedades psicométricas do SMS, concluíram que o instrumento não demonstra um suporte completo para a estrutura fatorial.

Por outro lado, Martens e Webber (2002) afirmam que o SMS apresenta problemas de consistência interna, nomeadamente na validade fatorial (i.e. má adequação do modelo de medida quer a nível individual quer a nível global). Pelletier et al., (1995) e Martin e Martin e Cutler (2002) também destacaram que o SMS apresenta fiabilidade baixa (i.e. consistência interna inaceitável).

Mallet et al., (2007a) destacam que um dos problemas para avaliar a motivação no desporto, pode estar relacionada com as dificuldades de encontrar as palavras corretas

para captar a essência das diversas formas de motivação (e.g. quatro formas de motivação extrínseca). Os mesmos autores reforçam que este problema pode estar relacionado com a tradução original da versão francesa (EMS). Mallet et al., (2007a) apontam ainda que o SMS revela itens problemáticos e explicam que esse facto poderá estar relacionado com a formulação dos respetivos itens ou com a falta de validade de conteúdo. Para os mesmos autores esses itens podem levar a outro tipo de interpretações que não a desejada, ou até mesmo os sujeitos interpretarem as palavras literalmente, bem como, o uso de algumas palavras que podem ser demasiado fechadas ou restritivas. Martens e Webber (2002) reforçam que existem itens que são cross-loadings e que as questões da validade fatorial se prendem com as três formas de motivação intrínseca que não são empiricamente distinguidas.

Cresswell e Eklund (2005) apontam problemas à estrutura dos fatores e afirmam que houve a necessidade de juntar as pontuações das três subescalas da motivação intrínseca, como tal existe uma forte evidência de que o SMS não pode produzir resultados que se conformam com a estrutura de sete fatores proposta. Mallet et al., (2007a) e Mallet et al., (2007b) também apontam como limitação o resultado das subescalas do SMS.

Chatzisarantis, Hagger, Biddle, Smith e Wang (2003) a falta de poder estatístico na validade da pontuação do SMS é o principal fator para que não se possam tirar evidências convincentes para apoiar ou refutar a validade de pontuação. Assim, e para os mesmos autores, os resultados do SMS só podem ser citados para suportar a presença geral de um contínuo de motivos autodeterminados.

Londsdale, Hodge e Rose (2008) reforçam que a validade das pontuações do SMS continua a ser uma preocupação e que existem evidências de que as pontuações do SMS, nomeadamente, aquelas associadas às subescalas da motivação extrínseca que por vezes não foram relacionadas da melhor maneira e concluem afirmando que o SMS não possui propriedades psicométricas adequadas. Por esta razão, propuseram uma nova escala - BRSQ.

O BRSQ foi desenvolvido por Londsdale, Hodge e Rose (2008), para resolver o problema de não haver um instrumento que avaliasse os 6 tipos de regulação subjacente à SDT (amotivação; regulação externa, intojetada, identificada, integrada e motivação intrínseca) e atualmente já conta com diversos estudos que avaliam estes 6 tipos de

motivação. Segundo os autores a versão original possui boas qualidades psicométricas, assim como, a versão espanhola (Viladrich, Torregrosa & Cruz, 2011).

Desta forma, o objetivo principal do nosso trabalho (estudo um) é validar de forma confirmatória a versão portuguesa do BRSQ.

3 Metodologia

3.1 Participantes

Neste estudo participaram 623 atletas ($n=623$), da modalidade de futebol e todos do género masculino, dos escalões de iniciados (123), juvenis (223), juniores (78) e séniores (199), com uma média de idades 18.28 ± 4.89 . Destes 623 atletas, 449 praticam a modalidade a nível distrital e 174 a nível nacional, sendo que 63 são guarda-redes, 194 defesas, 193 médios e 123 avançados, porém 50 sujeitos da amostra não responderam qual a posição que ocupavam em campo. Nesta amostra, os anos de prática variam entre 1 e 28, o número de treinos semanais entre 1 e 5, e a duração dos treinos entre 60 a 120 minutos.

3.2 Instrumentos

Regulação da Motivação. BRSQ: Lonsdale, Hodge, & Rose, 2008). Este questionário é constituído por 24 itens aos quais se responde numa escala tipo Likert de 7 níveis, que variam entre 1 (“nada verdadeira para mim”) e o 7 (“totalmente verdadeira para mim”). Os itens agrupam-se posteriormente em 6 fatores (com 4 itens cada), que refletem os tipos de motivação subjacente ao *continuum* motivacional da teoria da autodeterminação (SDT: Deci & Ryan, 1985). Para o presente estudo será utilizada a versão validada de forma exploratória/confirmatória para a população portuguesa (realizada no estudo 1), que apresentou os seguintes valores de fiabilidade interna para os sujeitos da nossa amostra: amotivação ($\alpha=.81$), regulação externa ($\alpha=.83$), regulação intojetada ($\alpha=.68$), regulação identifica ($\alpha=.62$), regulação integrada ($\alpha=.68$) e motivação intrínseca ($\alpha=.72$).

3.3 Procedimentos

3.3.1 Recolha de Dados

Os dados foram recolhidos após a assinatura do consentimento informado, por parte dos encarregados de educação (aos atletas menores de idade), posto isto, todos os dados foram recolhidos e analisados de forma anónima e confidencial garantindo assim o princípio da confidencialidade. Realça-se que os dados dos questionários foram recolhidos no final das sessões de treino.

3.3.2 Análise Fatorial Confirmatória (AFC)

A análise fatorial é uma técnica de modelação linear geral, com o intuito de identificar um conjunto reduzido de variáveis latentes, que explicam a estrutura correlacional observada entre um leque de variáveis manifestas. Este tipo de análise pode-se classificar em dois tipos, dependendo da existência ou não de hipóteses sobre a estrutura correlacional: análise fatorial exploratória (AFE) e análise fatorial confirmatória (AFC) (Mâroco, 2010). Porém, neste estudo iremos focar-nos somente na AFC, pois o nosso objetivo passa pela validação confirmatória de um instrumento.

Assim, e de acordo com Mâroco (2010), a AFC é um método confirmatório que é utilizada quando há informação prévia sobre a estrutura fatorial que é preciso confirmar. A (AFC) serve, basicamente para perceber se determinados fatores latentes são responsáveis pelo comportamento de determinadas variáveis manifestas específicas de acordo com uma certa teoria.

Para a validação dos instrumentos de medida, examinaremos estrutura fatorial através de uma análise fatorial confirmatória (AFC), realizada a partir do EQS (embora também tenhamos utilizados o AMOS, para apresentar os parâmetros individuais do modelo), que permitirá aferir a qualidade de ajustamento do modelo em função das orientações e/ou recomendações de diversos autores (Brown, 2006; Byrne, 1994,2006; Hair, et al., 2006; Hu & Bentler, 1999; Kahn, 2006; Kline, 2005,2011; Worthington, & Whittaker, 2006; Mâroco, 2010) e operacionalizadas por Cid, et al. (2012).

Cid, et al., (2012) sugerem que para uma AFC é necessário ter em conta os seguintes tópicos: dimensão da amostra; especificação e identificação do modelo; método de estimação; ajustamento de medida e avaliação global do modelo.

Relativamente à dimensão da amostra, o recomendável, segundo alguns autores (e.g. Brown, 2006;Hair, et al., 2006; Kahn, 2006; Kline, 2005, 2011; Worthington & Whittaker, 2006), é um rácio de 10:1 (i.e. número de sujeitos por cada parâmetro a ser estimado).

Segundo Cid, et al., (2012) o ponto central da especificação do modelo (i.e. parâmetros livres a serem estimados ou fixados) prende-se com a sua identificação (i.e. relação entre os parâmetros livres ou informação a ser estimada e variâncias e covariâncias ou informação que será estimada). Desta forma existem dois processos importantes para que o modelo possa ser analisado (Byrne, 1994,2006; Kline, 2005, 2011; Hair, et al., 2006): 1) Parâmetros livre devem ser \leq ao número de observações, quando isto acontece estamos perante um modelo sobreidentificado, graus de liberdade (gl) positivos. Por outro lado quando os gl são negativos ou iguais a zero, os modelos em causa são subidentificado ou exatamente identificado, respetivamente;

2) Todas as variáveis latentes (i.e. erros e fatores de medição dos itens) têm que estar associados a uma escala.

No que respeita aos erros de medida, estes são fixados a uma escala através do constrangimento ULI, que tem como função fixar à unidade (1.0) o efeito direto do erro de medida no item correspondente. No que concerne aos fatores existem duas opções: a primeira é fixar o constrangimento ULI ao primeiro item e a segunda é utilizar o constrangimento UVI que prende a variância dos fatores à unidade (1.0). Subjacente à especificação e identificação do modelo é necessário ter em conta ainda outros procedimentos para evitar problemas na identificação do modelo: Cada item corresponde a um só fator; não devem existir correlações entre os erros dos itens e só são aceites fatores com pelo menos três itens (Hair, et al., 2006; Kline, 2005, 2011).

Cid, et al., (2012) reforçam ainda que as correlações entre os erros de medida de um mesmo fator são mais facilmente explicáveis do que erros entre fatores, pelo que a revisão do modelo teórico pode ser necessária.

Relativamente ao método de estimação do modelo, segundo Mâroco (2010) o mais utilizado em AFC é o da máxima verosimilhança ML. Segundo Cid, et al., (2012) este método visa encontrar as estimativas dos parâmetros, maximizando a verosimilhança da matriz de covariância dos dados com a matriz de covariância imposta pelo modelo. Para os mesmos autores o teste (*Chi-Square: χ^2*) analisa essas discrepâncias entre as matrizes. Kline (2005, 2011) refere que o método de ML deve haver uma distribuição normal multivariada dos dados. Por outro lado Byrne (1994) alerta para a necessidade de se dar atenção tanto a análise multivariada como à análise univariada. A propósito da análise multivariada a autora destaca o coeficiente de Mardia. No que respeita a este coeficiente (Byrne, 2006) reporta que se este for superior 5, os dados não têm uma distribuição normal multivariada. Segundo Byrne (1994, 2006) e Bentler (2006) quando este tipo de

situações acontecem, o procedimento correto a realizar passa pela utilização da medida de correção, denominada Satorra-Bentler Scaled χ^2 (S-B χ^2).

No que respeita ao ajustamento do modelo de medida e avaliação global do modelo, o teste *Satorra-Bentler* possui diversas fragilidades (Worthington & Whittaker, 2006; Hair, et al., 2006): Amostras muito pequenas ou muito grandes, complexidade do modelo e problemas com a distribuição não normal dos dados; problemas relacionados com os valores do teste relacionados com o tamanho da amostra, sendo que os modelos por vezes são rejeitados, mesmo quando existem diferenças pequenas, o que consequentemente pode levar à rejeição de bons modelos e o valor do teste é muito reduzido, no que respeita à rejeição da hipótese nula. Por isso, o teste Satorra-Bentler não é o único a ser utilizado na investigação (Brown, 2006).

Para colmatar esta lacuna são utilizados os índices de aproximação que têm como finalidade ajustar a estatística do teste χ^2 , tanto para o tamanho da amostra como para a complexidade do modelo, indicando ainda as discrepâncias (Mâroco, 2010).

Os índices de aproximação mais utilizados são: índices absolutos e incrementais (Brown, 2006; Worthington & Whittaker, 2006).

Mâroco (2010) refere que os índices absolutos são aqueles que avaliam a qualidade do modelo por si só (i.e. sem comparação com outros modelos).

Hair, et al., (2006), Kahn (2006), Kline (2005, 2011), Brown (2006), Worthington e Whittaker (2006), Mâroco (2010) e Cid, et al., (2012) referem que os índices absolutos mais utilizados são os seguintes: Teste χ^2 : Este teste deve ser auxiliado pelos gl e nível de significância. Para além disto, tem como objetivo analisar as discrepâncias entre a matriz de covariância dos dados e do modelo. Valores de p (i.e. nível de significância) não significativo (i.e. $p < .05$) mostram bom ajustamento. Caso isto não aconteça devem ser tomadas as medidas de correção já frisadas em cima (e.g. Satorra-Bentler); Qui quadrado normalizado (χ^2/gl): tal como já foi dito, a finalidade deste teste é ajustar a estatística do teste ao tamanho da amostra e à complexidade do modelo. Este índice obtém-se através da divisão do valor do qui quadrado (χ^2) pelos graus de liberdade (gl). Segundo Hair, et al., (2006) um valor de χ^2 normalizado razoável é: ($\chi^2/gl < 3$). Mâroco (2010) refere que valores < 2 indicam bom ajustamento e que 5 é o mínimo aceitável. Par o mesmo autor um ajustamento perfeito é: ($\chi^2/gl:1$); SRMR, este índice de ajustamento está relacionado com a média residual dos valores de ajustamento entre as matrizes de correlações do modelo e das observadas nos dados (Cid, et al., 2012). No que respeita aos valores aceites para este índice, Worthington e Whittaker (2006)

referem que até 0.10 podem ser aceites; Relativamente a este índice Hu e Bentler (1999) afirmam que valores ≤ 0.08 revelam um ótimo ajustamento; RMSEA liga-se ao grau de erro do modelo, mensurando a extensão pela qual se ajusta, ou não, aos dados (Brown, 2006). Importa ainda realçar que este índice deve ser acompanhado do intervalo de confiança, 90% (Cid, et al., 2012). Segundo Brown (2006) e Kline (2005, 2011), os valores de ajustamento para este índice são: ≤ 0.05 revela bom ajustamento, ≤ 0.08 ajustamento aceitável, ≤ 0.10 fraco ajustamento e ≥ 0.10 ajustamento inaceitável. Hu e Bentler (1999) corroboram com as recomendações de Brown (2006) e Kline (2005, 2011), ao afirmarem que valores ≤ 0.06 revelam um bom ajustamento.

No que concerne aos índices de ajustamento, Mâroco (2010) menciona que estes índices avaliam a qualidade do modelo sob teste comparativamente: ao modelo de independência (i.e. sem relações entre as variáveis manifestas) e quanto ao modelo saturado (i.e. todas as variáveis manifestas estão correlacionadas). Desta maneira os índices incrementais, mais utilizados segundo Hair, et al., (2006), Kahn (2006), Kline (2005, 2011), Brown (2006), Worthington e Whittaker (2006), Mâroco (2010) e Cid, et al., (2012) referem que os índices incrementais mais utilizados são os seguintes: CFI tem como função comparar o ajustamento do modelo em estudo com os gl, com o ajustamento do modelo base, com os gl (Mâroco, 2010). Por outras palavras estima a melhoria de ajustamento do modelo especificado, sobre um modelo onde as variáveis não estão correlacionadas (Kahn, 2006).

Mâroco (2010) e Cid, et al., (2012) acrescentam, ainda que o CFI tem em conta a amostra. Quanto aos valores do CFI, Hu e Bentler (1999) e Mâroco (2010) referem, que ≥ 0.95 revela um ajustamento muito bom. Por outro lado, Brown (2006), Kline (2005, 2011) e Worthington e Whittaker (2006), mencionam que valores a partir de ≥ 0.90 como aceitáveis; NNFI, também conhecido por TLI é idêntico ao CFI (Mâroco, 2010). No entanto, apesar de estes índices serem idênticos torna-se importante referir que se diferenciam na medida em fazem diferentes correções, ou seja, o CFI ao nível do tamanho da amostra e o NNFI da complexidade do modelo (Kahn, 2006). Valores de NNFI próximos de 1 revelam um bom ajustamento (Mâroco, 2010). Hu e Bentler (1999) referem que valores de TLI ≥ 0.95 revelam um bom ajustamento.

No âmbito deste procedimento (AFC) é conveniente referir que apesar de a AFC verificar se o modelo é ou não válido é deveras importante destacar que este processo pode, ainda fornecer informações de elevada importância para a resolução ou até mesmo melhoria do modelo (Hair, et al., 2006) e (Cid, et al., 2012).

Desta maneira e para suprimir o problema de o modelo não se ajustar Bryne (1994), Hair, et al., (2006) e Brown (2006) afirmam que existem duas ferramentas que têm como objetivo identificar os principais problemas: Valores residuais e os índices de modificação. Mâroco (2010) refere que valores residuais >2 com 95% de confiança são indicadores de outliers (i.e. valores que saem fora da norma) e problemas de ajustamento local. Os índices de modificação dão informação sobre eventuais aspetos a melhorar no modelo, mais especificamente, em libertar ou fixar parâmetros (e.g. cross loadings ou correlações entre erros de medida), indicando assim a diminuição do valor χ^2 , sendo suscetível de acontecer. Valores relacionados com o nível de significância $p \leq 0.05$ ou valores elevados devem ser alvo de atenção (Cid, et al., 2012).

4 Resultados

De seguida, apresentaremos os resultados relativos ao ajustamento do modelo de medida do BRSQ.

Quadro 1- Índices de Ajustamento do Modelo de Media do BRSQ (n=623)

BSRQ	S-B χ^2	df	p	S-B χ^2/df	SRMR	NNFI	CFI	RMSEA	90%IC
Versão Original (6 fatores/24 itens)	385.4	237	.01	1.63	*	.99	.99	.04	.03 .05
Modelo 1 Portuguesa (6 fatores/24 itens)	940.2	237	.000	5.26	.066	.841	.864	.069	.064 .074
Modelo 2** (6 fatores/18 itens)	365.6	120	.000	3.05	.055	.907	.927	.057	.051 .064
Modelo 3**/** (2 fatores 2ª Ordem)	423.1	130	.000	3.25	.070	.898	.913	.060	.054 .067

1- *Valor não reportado pelos autores (Londsdale, Hodge, & Rose, 2008); **Após eliminação dos itens 1 (Amotivação), 8 (Externa), 21 (Introjetada), 4 (Identificada), 11 (Integrada), 6 (Intrínseca); ***Motivação Autónoma (Identificada, Integrada, Intrínseca) e Motivação Controlada (Amotivação, Externa, Introjetada).

Analisando o quadro 1, verificamos que o modelo inicial (6 fatores/24 itens) não se ajustou aos dados, uma vez que não foram cumpridos de forma aceitável os valores adotados na metodologia. Desta forma, houve a necessidade de realizar alguns reajustes no modelo que culminaram com a eliminação de 6 itens (1 de cada fator), para que desta maneira os valores de ajustamento pudessem estar de acordo com os valores adotados na metodologia. Relativamente ao modelo de segunda ordem (2 fatores de 2ª ordem, 6

fatores de 1ª ordem, 18 itens), verificamos apresentam valores aceitáveis de ajustamento.

Quadro 2- Parâmetros Individuais Estandarizados do Modelo 2 (6 fatores, 18 itens)

Item	Mín-Máx	M±SD	FL	SE	SMC
Item 2 (EX)	1-7	1.61±1.15	.73	.066	.53
Item 3 (IJ)	1-7	2.40±1.79	.63	.065	.39
Item 5 (IG)	1-7	5.43±1.42	.53	.061	.28
Item 7 (AM)	1-7	2.68±1.66	.76	.062	.58
Item 9 (IJ)	1-7	2.10±1.53	.68	.066	.46
Item 10 (ID)	1-7	5.47±1.40	.50	.073	.25
Item 12 (MI)	1-7	6.51±0.96	.59	.063	.35
Item 13 (AM)	1-7	2.71±1.70	.75	.062	.56
Item 14(EX)	1-7	1.78±1.23	.88	.060	.78
Item 15 (IJ)	1-7	2.06±1.61	.64	.064	.41
Item 16 (ID)	1-7	4.83±1.61	.52	.074	.27
Item 17 (IG)	1-7	5.61±1.30	.60	.061	.36
Item 18 (MI)	1-7	5.74±1.25	.72	.050	.52
Item 19 (AM)	1-7	2.75±1.78	.80	.056	.64
Item 20 (EX)	1-7	2.02±1.44	.81	.055	.66
Item 22 (ID)	1-7	5.43±1.31	.79	.064	.62
Item 23 (IG)	1-7	5.53±1.21	.75	.058	.56
Item 24 (MI)	1-7	6.05±0.98	.75	.037	.57

AM (Amotivação); EX (Externa); IJ (Introjetada); ID (Identificada); IG (Integrada); MI (Intrínseca); Mín-Máx (Mínimo e Máximo); M (Média); SD (Desvio-Padrão); FL (Peso Fatorial); SE (Erro Padrão); SMC (Variância do item explicada pelo fator)

Como podemos observar no quadro 2, é bastante perceptível que os sujeitos responderam a todos os níveis (Xmin 1; X máx 7) e também que as médias dos itens mais elevadas estão nos itens de motivação integrada, identificada e motivação intrínseca. Por outro lado, todos os itens apresentam um bom peso fatorial (variam entre .50 e .88), ou seja, todos superiores ou iguais a .50 (valor adotado) e os erros padrão não são muito elevados.

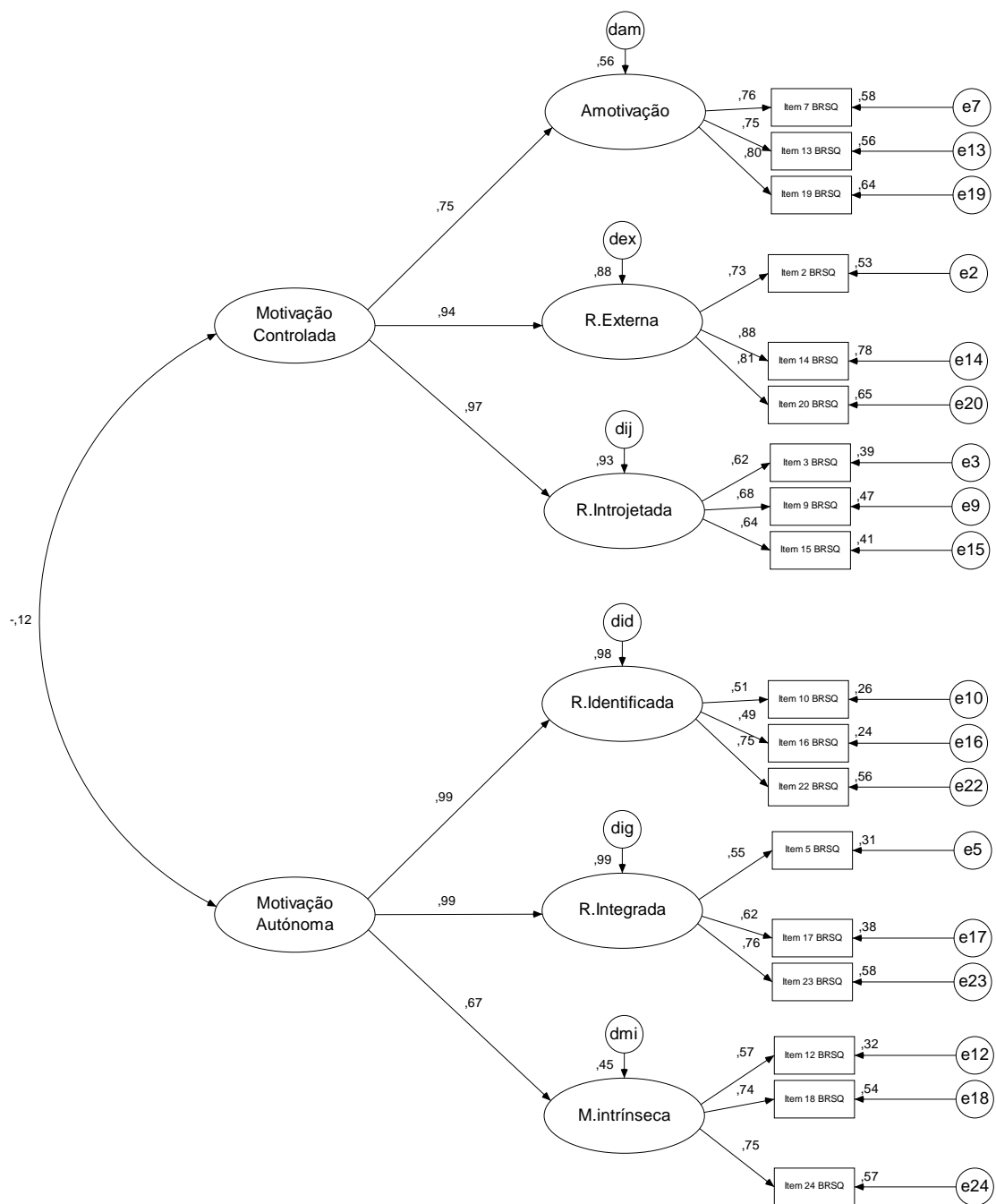


Figura 3- Parâmetros Individuais Estandarizados do Modelo 3 (2 fatores de 2ª ordem, 6 fatores 1ª ordem, 18 itens)

Relativamente à figura 1, podemos afirmar que entre a motivação autônoma e controladora, existe uma correlação negativa ($r = -.122$) estatisticamente significativa ($p < .01$), embora fraca em termos absolutos. Os parâmetros individuais cumprem os critérios, a motivação controladora apresenta uma relação bastante forte com a Amotivação, regulação externa e introjetada e a motivação autônoma apresenta também uma relação bastante forte com a regulação integrada, identificada e motivação intrínseca.

5 Discussão e conclusão

Tendo em conta o principal objetivo deste estudo, podemos afirmar que o modelo de 6 fatores/18 itens (versão final BRSQ) possui um bom ajustamento aos dados. Os resultados revelaram que o questionário tem boas qualidades psicométricas. Porém vejamos:

Apesar de os valores de ajustamento não estarem de acordo com os valores de corte sugeridos por (Hu & Bentler, 1999), os resultados obtidos permitem-nos afirmar que o modelo BRSQ (6-fatores/18 itens) se ajusta razoavelmente aos dados, visto que, nem todos os autores aconselham que se generalize os valores de corte sugeridos por Hu e Bentler. (Brown, 2006; Kline, 2005, 2011; Worthington & Whittaker, 2006, Mâroco, 2010; Lonsdale, Hodge & Rose, 2008). Assim, e relativamente ao CFI, Brown (2006), Kline (2005, 2011) e Worthington e Whittaker (2006) referem que valores $\geq .90$ são aceitáveis. Quanto ao TLI, valores próximos de 1 revelam bom ajustamento, tal com sugerido por Mâroco (2010). Desta maneira e com base nestes autores concluímos que podemos definir estes dois indicadores como aceitáveis.

No que respeita ao CFI e TLI, apesar de estes valores não estarem de acordo com os valores de corte sugeridos por Hu e Bentler (1999), aceita-se pois podemos aceitar valores iguais ou superiores a .90., no que se refere aos índices de ajustamento TLI e CFI. Por outro lado também é notório que a versão original de Lonsdale, Hodge e Rose (2008) apresenta valores de ajustamento muito bons. Estes valores são justificados, porque no estudo um de Lonsdale, Hodge e Rose (2008), inicialmente existia uma versão de 42 itens. Desta maneira estes autores sentiram a necessidade de analisar, separadamente, cada uma das dimensões e eliminaram todos os itens com valores residuais demasiados altos, com pesos fatoriais baixos e aqueles cujo os índices de modificação indicavam *cross-loadings*, reduzindo desta maneira para uma versão de 32, que por sua vez apresentou excelentes valores de fiabilidade e validade. Por outro lado esta escala de 32 itens possui 3 dimensões que avaliam a motivação intrínseca, daí no nosso estudo termos utilizados a escala validade no estudo 2 (6 fatores/24 itens), porque neste segundo estudo, os autores reduziram as três dimensões que avaliavam a motivação intrínseca a uma única dimensão, tendo passado de 32 para 24 itens, ao que os autores chamaram de BRSQ-6.

Relativamente a um dos índices absolutos, o qui-quadrado normalizado (χ^2/df), Hair et al., (2006) afirmam que um valor razoável é de ($\chi^2/df < 3$). Por outro lado Mâroco (2010)

refere que valores <2 indicam bom ajustamento e que 5 é o mínimo aceitável. Com base nestes indicadores, podemos afirmar que o nosso (χ^2/df) se aceita, tal como ilustra o quadro 1. Relativamente ao valor de SRMR, Worthington e Whittaker (2006) referem que até 0.10 podem ser aceites. Perante esta indicação, concluímos que o valor do nosso SMRM se ajusta, tal como é visível no quadro 1. O último índice absoluto é o RMSEA. Para este índice os valores sugeridos por Brown (2006) e Kline (2005, 2011) são os seguintes: ≤ 0.05 bom ajustamento, <0.08 ajustamento aceitável, ≤ 0.10 fraco ajustamento e ≥ 0.10 ajustamento inaceitável. Com base nestas sugestões concluímos que o valor do nosso RMSEA tem um bom ajustamento. Destacamos ainda que este índice deve ser acompanhado do intervalo de confiança, 90%, como demonstra o quadro 1 (Cid, et al., 2012).

Os itens foram eliminados, pois com base na análise dos valores residuais e dos índices de modificação, verificaram-se valores residuais entre alguns itens demasiado elevados e também a presença de *cross-loadings*.

Acerca da eliminação de itens, mais concretamente na outra escala que avalia a motivação no desporto (SMS), já referenciada na revisão de literatura, Pelletier et al., (2013), criaram a SMS-II, com o objetivo de reduzir o número de itens, para tornar a escala mais pequena e por conseguinte facilitar a sua administração. Após essa análise Pelletier et al., (2013), concluíram que a SMS-II, tinha melhores qualidades psicométricas do que a versão original SMS. Apesar de esta escala não ser que a utilizada neste estudo, serve esta justificação para enaltecer o facto de também, neste estudo temos tido a necessidade de eliminar itens, de forma a melhor as qualidades psicométricas do BRSQ. No entanto, isto não quer dizer que em futuros estudos se possa tentar colmatar esta fragilidade, que pode passar pela revisão semântica dos itens agora eliminados.

Relativamente aos modelos de 2ª ordem os autores da versão original do BRSQ, tendo em conta a correlação forte entre a amotivação, regulação externa e introjetada, bem como, entre a regulação identificada, integrada e intrínseca, que aliás está subjacente ao padrão de correlações entre os diversos tipos de regulação da motivação (ver: Ryan & Deci, 2007), foram testar modelos alternativos, mais concretamente um modelo de motivação controladora, constituído por a amotivação, regulação externa e introjetada e um modelo de motivação autónoma constituído por regulação integrada, identificada e motivação intrínseca. Apesar dos valores de ajustamento serem aceitáveis foram ligeiramente inferiores ao modelo de 1ª ordem, sendo que os modelos alternativos, ou

seja, motivação controladora e motivação autónoma, respetivamente apresentavam os seguintes valores: $\Delta\chi^2= 624.89$; $p\leq 0.001$; $\Delta CFI=.04$; $\Delta\chi^2= 740.87$; $p\leq 0.001$; $\Delta CFI=.05$. Apesar disto, na nota de rodapé referente aos dados acima indicados, os autores apresentam valores relativamente a outro modelo de 2ª ordem, também aceitáveis. CFI e TLI > .95 e RMSEA < .08, no entanto, este modelo não inclui a amotivação, na motivação controladora. Para além disto, na discussão sobre esta questão os autores sugerem, ainda outro modelo constituído pela motivação intrínseca (isolada); motivação autónoma (regulação integrada e identificada); motivação controladora (regulação externa e introjetada) e a amotivação (isolada), contudo não apresentaram quaisquer resultados sobre este modelo (Londsdale, Hodge & Rose, 2008).

Em suma, perante os resultados encontrados podemos afirmar que as qualidades psicométricas dos modelos de medida testados, permitem a utilização, com elevado grau de fiabilidade e validade, da versão portuguesa do BRSQ, quer no modelo de 6 fatores/18 itens quer do modelo hierárquico de 2ª ordem.

1- Estudo 2: Impacto do clima motivacional, na regulação da motivação e percepção de esforço dos atletas na modalidade de futebol

1.1 Introdução

A SDT aborda a motivação humana numa perspectiva mais ampla, tendo em conta os fatores da personalidade em contextos sociais, e as causas e consequências do comportamento autodeterminado (Deci & Ryan, 2008). Esta abordagem teórica foi concebida a partir de outras teorias mais particulares e específicas. (Biddle, Chatzisarantis & Hagger, 2001). No entanto salienta-se que SDT engloba quatro subteorias (teoria da avaliação cognitiva; teoria das necessidades psicológicas básicas; teoria da integração organísmica e teoria da orientação causal), cada uma destas teorias sistematiza aspetos cruciais à SDT (Deci & Ryan, 1985, 2000 & Ryan & Deci, 2007). Segundo os seus autores (Deci & Ryan, 1985, 2000), a motivação do sujeito está relacionada com a satisfação de três BPN, necessidade de autonomia (i.e. necessidade de se sentir independente, na medida em regula as suas próprias ações), competência (i.e. necessidade de se sentirem capazes) e relacionamento (i.e. necessidade de vinculação). Ryan & Deci (2002) salientam que a satisfação destas três BPN resulta num aumento de sentimentos de vitalidade e bem-estar. São estas três BPN, que explicam o comportamento dos sujeitos, que se estabelece num continuum motivacional (figura 3), que varia entre formas mais e menos autodeterminadas, ou seja, motivação controladora e motivação autónoma. As BPN são deveras importantes, na medida em que contribuem para o aumento da motivação intrínseca e saúde psicológica (Teixeira, et al., 2012). As formas mais controladoras são: ausência de regulação (Amotivação), regulação externa e regulação introjetada, as formas mais autónomas são: regulação identificada, regulação integrada e regulação intrínseca. Deci e Ryan (2008) acrescentam que a distinção entre a motivação autónoma e controladora é a característica nuclear da SDT. Assim, Ryan e Deci (2000b) afirmaram, que os sujeitos que regulam o seu comportamento por formas mais internas participam mais em atividades do que aqueles que regulam o comportamento por formas mais externas.

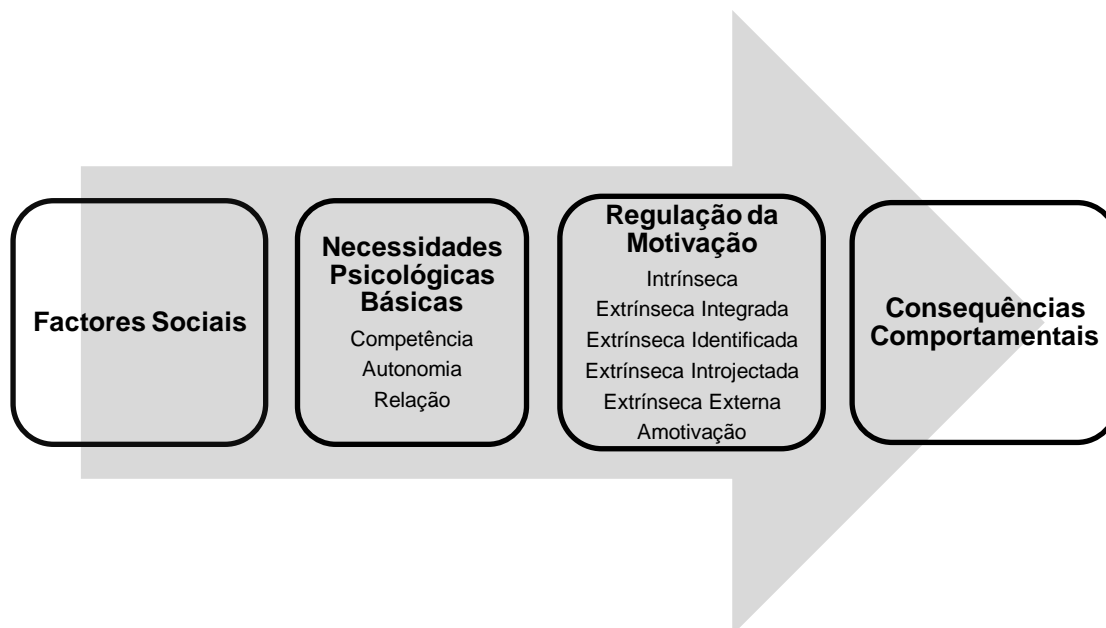


Figura 4- Sequência Motivacional inerente à SDT

(Retirado de: Pires, Cid, Borrego, Alves & Silva, 2010,p. 34)

Os estudos no contexto do desporto e exercício, que usam por base os quadros da SDT e que têm como objetivo modificação de comportamentos dão muita ênfase ao facto de a satisfação das BPN é crucial (Fortier et al., 2007). Desta forma, Deci e Ryan (2000) realçaram que o conceito de necessidade de apoio é fulcral, para a explicação das diferenças individuais no desenvolvimento da motivação ao longo da vida.

É longo do *continuum* motivacional referenciado anteriormente, que vamos explicar como o clima motivacional se relaciona com as diferentes formas de regulação.

Desta forma, Biddle e Ntoumanis (1999) realçam que as investigações, no desporto, têm demonstrado que os atletas apresentam elevados padrões motivacionais quando o treinador cria um clima motivacional para a tarefa. Por isso, Cox e Williams (2008) destacaram que um clima motivacional para a tarefa está associado a formas de motivação mais autodeterminadas. Por outro lado e segundo os mesmos autores, um clima motivacional para o ego está associado a formas de motivação menos autodeterminadas, ou seja, mais controladoras. López-Walle et al., (2011), numa investigação, os autores concluíram que os sujeitos com orientações para a tarefa, estão positivamente ligados a formas de motivação mais autodeterminadas. Neste mesmo estudo, foi revelado que indivíduos com uma autoestima elevada estão mais

predispostos para um clima de orientação para a tarefa. Ahmadi, Namazizadeh e Mokhtari (2012) sustentam que o clima orientado para a tarefa tem uma relação positiva com a motivação intrínseca, regulação identificada e integrada e negativa com a motivação extrínseca e regulação externa. Os mesmos autores realçam ainda que, o clima para o ego está ligado positivamente com a amotivação, regulação externa e introjetada e negativamente com a regulação identificada, motivação intrínseca e índices de motivação autodeterminada.

Em suma, o clima motivacional e a regulação da motivação são os ícones centrais do nosso estudo, daí ser importante perceber como o clima motivacional funciona ao longo do continuum motivacional, subjacente à SDT. Como tal torna-se também bastante pertinente abordar o modelo teórico que contempla o clima motivacional, a AGT, bem como as respetivas ligações entre estes dois modelos, que serão destacadas respetivamente.

1.2 Teoria dos Objetivos de Realização (AGT)

A teoria dos Objetivos de Realização (AGT: Nicholls, 1984, 1989) é uma abordagem importante que visa explicar a motivação e o comportamento no desporto (Duda, 2001). Esta teoria é vista sob uma perspetiva sociocognitiva da motivação e diferencia-se das outras teorias por explicar os comportamentos que estão relacionados com a realização de uma atividade (Duda, 1996). Para além disso, Nicholls (1989) salienta que as cognições, respostas afetivas e o comportamento dos sujeitos em realizações importantes, são influenciadas pelos fatores pessoais e situacionais.

Assim, e de acordo com Cumming, et al., (2008), esta abordagem teórica dá relevo aos critérios de sucesso definidos pelos sujeitos, o respetivo grau de competência bem como o significado que atribuem ao esforço. Ames (1992), também sustenta que a AGT tem como principal ícone, o pensamento de que as metas dos sujeitos consistem no esforço, com o intuito de demonstrar competência em contextos de realização. Nesses contextos de realização, os sujeitos têm como objetivo mostrar competência, evitando assim a incompetência (Nicholls, 1984)

Chatzisarantis e Hagger (2005), as teorias de objetivos de realização foram apresentadas, por um grande conjunto de investigadores, contendo muitos pontos de ligação e diferenças muito subtis. O ponto central destas teorias é o facto de os

indivíduos se concentrarem na demonstração de competência de realização. Assim, a forma como o indivíduo percebe a sua capacidade de sucesso num contexto de realização, resultará em comportamentos de persistência ou abandono.

Esta perspetiva corrobora com o modelo teórico proposto por Harter (1981), onde a autora para além de explicar a participação desportiva explica também o abandono desportivo (i.e. aqueles que percebem que não têm competências evidenciam maiores probabilidades de acabarem como seu envolvimento no desporto).

A AGT precede do contexto da educação, onde Nicholls (1989) propôs que os sujeitos definem o seu sucesso e constroem as suas capacidades de diferentes maneiras. Mais especificamente a teoria dos objetivos de realização (AGT) (Nicholls, 1984) preconiza que os indivíduos são motivados para demonstrarem elevados níveis de capacidade e para evitarem a demonstração de baixa capacidade, segundo esta perspetiva a conceção da capacidade pessoal dos indivíduos baseia-se em dois tipos de orientação/contexto de realização (i.e. tarefa e ego), tal como ilustra a figura 4.

A primeira orientação, tem a ver com sujeitos mais vocacionados para a tarefa, ou seja, mais voltados para a aprendizagem de novas competências e de objetivos desafiadores, do ponto de vista pessoal (e.g. melhorar o rendimento pessoal), estes indivíduos preferem tarefas desafiadoras, são persistentes e esforçam-se na realização das tarefas. De acordo com Álvarez, et al., (2009) os sujeitos com orientação para a tarefa definem a competência em termos autorreferenciados e consideram que ter êxito é melhorar e dominar a tarefa na sua modalidade. Por outro lado, a outra orientação tem a ver com objetivos mais direcionados para o ego, onde a principal preocupação dos indivíduos consiste em maximizar a demonstração de elevada capacidade e minimizarem a competência de baixa capacidade de competência pessoal (e.g. ser melhor que os colegas), preferem tarefas demasiado fáceis ou demasiado difíceis para evitarem a demonstração de falta de capacidade. Segundo Álvarez, et al., (2009), os sujeitos com orientação para o ego, definem competência segundo critérios normativos e o êxito para eles é demonstrar melhor competência que os outros (e.g. resultados), no mesmo nível, com a mesma competência, mas com menos esforço. Para além disso estes sujeitos caracterizam-se por desanimarem facilmente aumentando assim a probabilidade de obterem baixos níveis de rendimento (Nicholls, 1984). Paralelo a esta teoria existem três fatores que interagem para determinar a motivação: objetivos de realização (i.e.

orientados para o resultado ou tarefa); percepção da capacidade (i.e. alta ou baixa percepção de competência); comportamento face à realização (i.e. esforço, desempenho, persistência) (Dósil, 2004). Relativamente à competência percebida, Nicholls (1984) salienta que esta funciona como um mediador na orientação motivacional.

De acordo com Nicholls (1984) na percepção da capacidade, existem duas formas distintas de a avaliar: opção do sujeito em distinguir ou não distinguir o esforço da capacidade.

Segundo Nicholls (1984, 1989), quando o sujeito distingue o esforço de capacidade, relaciona-se mais com o ego, ou seja, avalia o seu comportamento com base em critérios normativas (e.g. em função dos outros). Para os mesmos autores quando o sujeito não faz a distinção entre esforço e capacidade, relaciona-se com a tarefa, ou seja, o sujeito define-se em termos de critérios autorreferenciados (e.g. conseguir superar-se).

Por outro lado, (Nicholls, 1989; Ames, 1992) destacaram que a orientação para a tarefa e ego são ortogonais entre si (i.e. orientação para a tarefa e ego, ao mesmo tempo) demonstrando assim que um sujeito pode ter níveis altos ou baixos nas duas orientações. De acordo com Steinberg e Maurer (1999) sujeitos que revelam com ambas as orientações, demonstram maiores índices de persistência, prazer, alegria ao realizarem uma ação, o que por sua vez melhora o rendimento.

Harwood e Biddle (2002) sustentam que tendência dos indivíduos para o ego ou tarefa, está relacionada com o contexto motivacional que é percecionado pelos sujeitos, bem como as suas experiências de socialização.



Figura 5- AGT

(Retirado de: Cid & Louro, 2010, p. 103)

Esta teoria preconiza ainda, que os fatores ambientais referentes ao envolvimento de realização, onde o sujeito se encontra, aliado às características pessoais vão influenciar a motivação, estes fatores ambientais denominam-se de clima motivacional (Ames, 1992). Este clima motivacional ou nível situacional vai depender dos estímulos de êxito transmitidos pelos demais significativos (e.g. pais, tios, avós, irmãos) que rodeiam o sujeito (Ames, 1992). Daí, (Ntoumanis & Biddle, 1999) afirmarem que também se deve ter em conta o contexto social e não só a forma como os sujeitos interpretam a realização e que o clima motivacional pode ser influenciado por esses demais significativos. Estes factos vão de encontro ao estudo de Guitiérrez e Escartí (2006), onde os autores afirmaram que no contexto do desporto os demais significativos (e.g. pais, treinadores) têm uma influência direta e indireta sobre os objetivos de rendimento que os atletas escolhem. O clima motivacional é dividido em duas vertentes: clima motivacional para a tarefa e clima motivacional virado para o ego. O clima motivacional virado para a tarefa caracteriza-se pelo esforço, empenho e autossuperação (Ames, 1992). De uma forma mais prática um clima de implicação para a tarefa, por parte dos atletas, relaciona-se positivamente com a orientação para a tarefa, mostrando desta forma a importância que têm os treinadores sobre a adoção de metas de realização por parte dos atletas (Álvarez, et al., 2009). Ntoumanis e Biddle (1999) acrescentam que sujeitos, com um clima motivacional orientado para a tarefa revelam consequências positivas, tanto a nível cognitivo como comportamental e afetivo. Clima motivacional virado para o ego caracteriza-se na demonstração de habilidades, para serem melhores que os outros (Ames, 1992). Especificamente, uma percepção do clima de implicação para o ego, por parte dos atletas, manifesta-se como preditor positivo da aproximação ao resultado, indicando que o facto de os atletas perceberem que o que é valorizado na sua equipa é a habilidade normativa, o castigo dos erros e de reconhecimento desigual, leva-os a adotar metas de objetivo de aproximação ao resultado (Álvarez, et al., 2009). Ntoumanis e Biddle (1999) reforçam afirmando, que sujeito com clima orientado para o ego, adotam estratégias de comportamentos maladaptativas (e.g. falta de habilidade, ansiedade, baixo esforço e persistência). Nicholls (1989) acrescenta que os objetivos de realização juntamente com o clima motivacional interagem entre si, influenciando o comportamento.

Em síntese, orientação para objetivos é um termo utilizado, para diferenciar que objetivos de realização não são target-goals (i.e. objetivos alvo), mas sim que representam uma orientação geral para a tarefa (Pintrich, 2000). Dósil (2004) dá ênfase ao facto de que os psicólogos do desporto se têm vindo a debruçar sobre as questões dos objetivos com o intuito de explicar as diferenças individuais.

1.3 Relação entre a Teoria dos Objetivos de Realização e a Teoria da Autodeterminação

A AGT e SDT são teorias motivacionais sociocognitivas (Kingston, Harwood & Spray, 2006; Ntoumanis, 2001a) e preocupam-se em estudar não só o modo como os indivíduos atribuem significado a uma dada modalidade, mas também a forma como a perceção influencia o seu envolvimento. Wang e Biddle (2007) realçam que estas duas abordagens teóricas têm por base a motivação na forma como os sujeitos percebem a competência e a realização. Deci e Ryan (1985) destacam que a SDT e AGT completam-se, quando falamos em consequências motivacionais.

A AGT relaciona-se mais nos efeitos da orientação para a tarefa ou para o ego, no desempenho de uma determinada tarefa (Ntoumanis, 2001a). Analisa também a competência com base em critérios normativos (i.e. se o sujeito se orienta para o ego) ou critérios autorreferenciados (i.e. se o sujeito se orienta para a tarefa). A AGT avalia o clima motivacional com base em duas conceções: diferenciada e não diferenciada, ou seja, ego e tarefa respetivamente, percebendo assim como os demais significativos exercem influência sobre o clima motivacional (Nicholls, 1989).

Por outro lado a SDT, explica a influência de diferentes necessidades psicológicas na determinação da motivação intrínseca. Esta conceção teórica prediz a interação dos fatores sociais com a motivação através das BPN e destaca que a competência é uma NPB (Ntoumanis, 2001a).

Evidências tanto históricas como empíricas, mostram que as duas orientações para objetivos estão ligadas a diferentes tipos de motivação, como tal sujeitos com elevadas orientações para a tarefa preenchem uma ou mais das BPN, aumentando assim a motivação autodeterminada. Numa outra perspetiva, indivíduos com elevadas orientações para o ego, especialmente quando ligado a baixas perceções de competências não levam à satisfação dessas necessidades (Ntoumanis, 2001a).

De acordo com Nicholls (1984) e Deci e Ryan (2000), sujeitos orientados para a tarefa, colocam motivação intrínseca numa determinada ação, por conseguinte esta motivação intrínseca quebra, quando sujeitos orientados para o ego. A literatura sugere que o controlo das características de orientação para o ego, influencia a autonomia de forma negativa e promove a causalidade externa, no entanto, orientação para a tarefa facilita a autonomia deste comportamento (Brunnel,1999).

Nicholls (1989) destaca que os indivíduos com elevadas orientações para o ego, são mais interessados nos resultados de uma atividade, do que na própria atividade. Deci & Ryan (1985) refere que o ego está relacionado com um mecanismo de controlo interno, na medida em que se rege por conquistas.

A obtenção de aprovação social e recompensas, demonstração de habilidade superior e outros resultados esperados vão controlar o seu comportamento. Nessas circunstâncias são menos prováveis os sujeitos encontrarem satisfação pessoal em aspetos inerentes a uma atividade e no processo (esforço) de mestria da tarefa. Desta forma, a orientação para o ego está mais relacionada para um tipo de motivação controlada, do que uma motivação autodeterminada (Ntoumanis,2001a). Segundo Brunel (1999) a orientação para o ego está relacionada com as formas de regulação externa e introjetada.

Por outro lado, a orientação para a tarefa facilita a autonomia do comportamento, porque quando os indivíduos estão envolvidos na tarefa a sua motivação para realizar a mesma deriva de propriedades intrínsecas e não dos resultados esperados. Nestas circunstâncias, os indivíduos experienciam satisfação enquanto lutam por aprender ou dominar competências desportivas. A orientação para a tarefa pode satisfazer não só a necessidade de autonomia, mas também a necessidade de competência (Ntoumanis,2001a). Duda (1992) argumenta que os indivíduos com elevadas orientações para a tarefa têm menos probabilidade de vivenciarem sentimentos de incompetência no desporto do que aqueles com elevada orientação para o ego, isto porque, eles utilizam critérios autorreferenciados para avaliar a sua competência. Estes critérios são mais controláveis e portanto mais alcançáveis. Por outro lado, a perceção para a competência é mais frágil quando os indivíduos têm uma elevada orientação para o ego, porque a competência é construída com base em critérios normativos, que são mais difíceis e não estão sobre o controlo pessoal. Indivíduos com elevada orientação para o ego e elevada perceção de competência podem ser autodeterminados, na medida

em que a realização desportiva satisfaz a sua necessidade de competência. Comparado com a orientação para o ego é improvável que a orientação para a tarefa influencie a necessidade de relacionamento. Desta forma, pode-se concluir que a constante comparação interindividual, promovida pela orientação para o ego, não irá fortalecer ligações sociais entre os atletas, já a orientação para a tarefa rejeita comparações normativas e rivalidades entre os atletas, assim, não deve influenciar as suas afiliações sociais.

Num estudo realizado por Biddle, Soos & Chatzisarantis (1999), onde os autores relacionaram estes dois modelos e concluíram que para além da forma como o sucesso é definido, deve-se ter em conta a forma como regulamos o comportamento. Estes autores deram ainda ênfase ao facto de que a maneira como os sujeitos, em contextos de realização, orientam os seus objetivos, tem repercussões nos tipos de motivação.

Kingston, Harwood & Spray (2006), num dos estudos realizados no âmbito do desporto mostraram que sujeitos com elevadas orientações para a tarefa evidenciaram uma relação mais forte com formas de regulação mais autónomas, este caso, corrobora como o estudo de Ferrer-Caja e Weiss (2000), onde os autores afirmam que a orientação para a tarefa influencia diretamente a motivação intrínseca. Em contraste sujeitos com elevadas orientações para o ego mostram uma relação mais forte com formas de regulação mais controladas, tal facto vai de encontro ao estudo realizado por Ntoumanis (2001a), onde o autor verificou uma relação positiva entre os indivíduos com elevadas orientações para o ego e as formas de regulação introjetada e externa. Deci & Ryan (2000), apenas associam a orientação para o ego à motivação introjetada, pois assumem que o ego não tem uma relação direta com a motivação extrínseca e que à luz do continuum motivacional inerente à SDT, existem vários tipos de motivação extrínseca.

Por outro lado, no âmbito do desporto o clima motivacional e a regulação da motivação têm sido alvo de estudo, por parte de diversos autores (ver: Sarrazin, et al., 2002; Calvo et al., 2008; Álvarez, et al., 2009; Moreno, et al., 2010; López-Walle, et al., 2011; Ahmadi et al., 2012) e ambos parecem concordar que um clima orientado para a tarefa relaciona-se com a motivação autodeterminada, enquanto um clima orientado para o ego relaciona-se com a motivação controladora.

Sarrazin et al., (2002) afirmaram que um clima motivacional envolvendo a tarefa facilita a promoção das BPN e que um clima motivacional envolvendo o ego dificulta. As

afirmações de Sarrazin et al., (2002) vão de encontro ao estudo de Ahmadi et al., (2012), onde também os autores concluíram que os índices de motivação autodeterminada estão positivamente relacionados com todas a BPN. De outro ponto de vista, Ahmadi et al., (2012) referem que um clima de motivação para a tarefa está positivamente relacionado com as formas de motivação mais autodeterminadas (i.e. motivação intrínseca, regulação identificada e integrada) e que existe uma relação negativa entre um clima orientado para tarefa, com a Amotivação e a regulação externa. Sarrazin, et al., (2002) e Cox e Williams (2008) referem que este impacto positivo se assemelha a um comportamento autónomo.

Em síntese concluímos que o clima motivacional tem um papel extremamente importante na satisfação das BPN e no comportamento autodeterminado.

Realçamos ainda que nos estudos de (Moreno, et al., 2010 e López-Walle, et al., 2011), os autores estudaram também consequências comportamentais positivas, flow disposicional e autoestima, respetivamente, concluindo que ambas apresentavam uma relação positiva com a orientação para a tarefa.

Em síntese concluímos que ambas as teorias apresentam pontos convergentes, na medida em que se completam uma à outra e divergentes porque evidenciam aspetos distintos da motivação.

2 Metodologia

2.1 Participantes

Neste estudo participaram 460 atletas ($n=460$), da modalidade de futebol e todos do género masculino, dos escalões de iniciados (122), juvenis (173), juniores (49) e séniores (116), com uma média de idades 17.42 ± 4.37 . Destes 460 atletas, 360 praticam a modalidade a nível distrital e 100 a nível nacional, sendo que 51 são guarda-redes, 152 defesas, 157 médios e 100 avançados. Nesta amostra, os anos de praticam variam entre 1 e 24, o número de treinos semanais entre 1 e 5, e a duração entre 60 a 120 minutos.

2.2 Instrumentos

Clima motivacional. MCSYS: Smith, Cumming, e Smoll, 2008), versão portuguesa Borrego, Cid e Silva (2010). Este questionário é constituída por 12 itens aos quais se responde numa escala do tipo Likert de 5 níveis, que variam entre o 1 (“nada verdade”) a 5 (“muito verdade”). Os itens agrupam-se posteriormente em 2 fatores (com 6 itens cada), que refletem as formas de perceber o clima motivacional, subjacentes à teoria dos objetivos de realização (AGT: Nicholls, 1984). No presente estudo, o questionário apresentou os seguintes valores de fiabilidade interna para os sujeitos da nossa amostra: clima motivacional orientado para o ego ($\alpha=.66$) e tarefa ($\alpha=.68$). No entanto, retirando os itens 1 e 12, ambos do fator Ego a consistência interna aumenta para .70.

Perceção de Esforço. IMI: MacAuley et al., 1989), versão portuguesa de Fonseca e Brito (2001). No presente estudo iremos utilizar apenas a subescala da perceção de esforço, constituída por 5 itens (2, 6, 10, 14, 17), aos quais se responde numa escala tipo Likert de 5 níveis de resposta, que variam entre 1 (“discordo totalmente”) e 5 (“concordo totalmente”), salientando que o score dos itens 14 e 17 deverá ser invertido devido à sua formulação semântica. Para o presente estudo a subescala apresentou os seguintes valores de fiabilidade interna para os sujeitos da nossa amostra: esforço ($\alpha=.64$). No entanto, retirando os itens invertidos, a consistência interna passa para .71, ou seja, melhora a fiabilidade interna.

Destacamos que, de acordo com os seus autores, quer do original quer da versão portuguesa o IMI pode ser utilizado com confiança, tanto como medida global para avaliar a motivação intrínseca, como para avaliar individualmente cada uma das subescalas (Fonseca & Brito, 2001).

2.3 Procedimentos

2.3.1 Recolha de Dados

Os dados foram recolhidos após a assinatura do consentimento informado, por parte dos encarregados de educação (aos atletas menores de idade), posto isto, todos os dados foram recolhidos e analisados de forma anónima e confidencial garantindo assim o princípio da confidencialidade. Realça-se que os dados dos questionários foram recolhidos no final das sessões de treino.

2.3.2 Análise de Equações Estruturais (SEM)

Nesta investigação iremos recorrer à análise das equações estruturais (SEM), pois segundo Marôco (2010) é uma técnica de modelação generalizada que é utilizada para testar a validade de modelos teóricos que definem relações hipotéticas entre as variáveis, relações estas representadas por parâmetros que indicam a magnitude do efeito que as variáveis independentes têm sobre as variáveis dependentes.

Este tipo de análise pode ser vista como uma fusão entre duas técnicas: análise de regressão e análise fatorial. Enquanto a análise de regressão (também conhecida por análise de caminhos: *path analysis*) se preocupa com as relações causais hipotéticas entre as variáveis, a análise fatorial preocupa-se em encontrar um conjunto de fatores que expliquem a variância comum entre um conjunto de itens (Biddle, Markland, Gilbourne, Chatzisarantis & Sparks, 2001). Por outras palavras, a SEM é uma técnica multivariada que nos permite examinar simultaneamente as relações entre os construtos latentes e as variáveis de medida, bem como, entre os diversos construtos do modelo (Hair, et al., 2006). Em termos operacionais, a SEM será realizada a partir do *software* AMOS e do EQS, na versão 20.0 e 6.1, respetivamente, e em função das orientações/recomendações operacionalizadas por Cid, et al., (2012), utilizando os valores de corte sugeridos por Hu e Bentler (1999): $SRMR \leq 0.08$, $CFI \geq 0.95$ e $RMSEA \leq 0.06$, para a avaliação do modelo.

3 Resultados

De acordo com Byrne (2006), na análise multivariada destaca-se o coeficiente de mardia normalizado, apresentando um valor de 43.64 no presente estudo, que quando este valor é superior a 5, os dados não têm uma distribuição normal multivariada, pelo que o procedimento a adotar passa pela utilização da medida de correção *Satorra-Bentler Scaled* (Byrne, 1994, 2006) e Bentler (2006).

Quadro 3- Índices de Ajustamento do Modelo Estrutural Hipotetizado

Modelos	S-B χ^2	df	p	S-B χ^2 /df	SRMR	NNFI	CFI	RMSEA	90%IC
Modelo 1 (Inicial)									
hipotetizado	669.06	225	.000	2.97	.072	.776	.801	.066	.060 .071
Modelo 2 (Final)	288.84	147	.000	1.96	.049	.912	.924	.046	.038 .054

Como podemos observar, tomando em consideração os valores de corte adoptados (Hu & Bentler, 1999), o modelo inicialmente hipotetizado (modelo 1) não se ajustou de forma aceitável aos nossos dados. Desta forma, analisando os parâmetros individuais à procura das fragilidades do modelo, identificámos valores residuais muito elevados envolvendo os itens 4 e 5 da percepção de esforço (itens da escala que foram previamente invertidos), bem como, os itens 1 e 12 da percepção do clima motivacional orientado para o ego. Por outro lado, também se constatou que os pesos fatoriais dos itens mencionados nos respetivos fatores eram demasiado baixos ($<.30$) para serem considerados relevantes (Hair et al., 2006; Kahn, 2006; Wittaker & Whorthing, 2006), pelo que optámos por eliminá-los do modelo pela instabilidade causada.

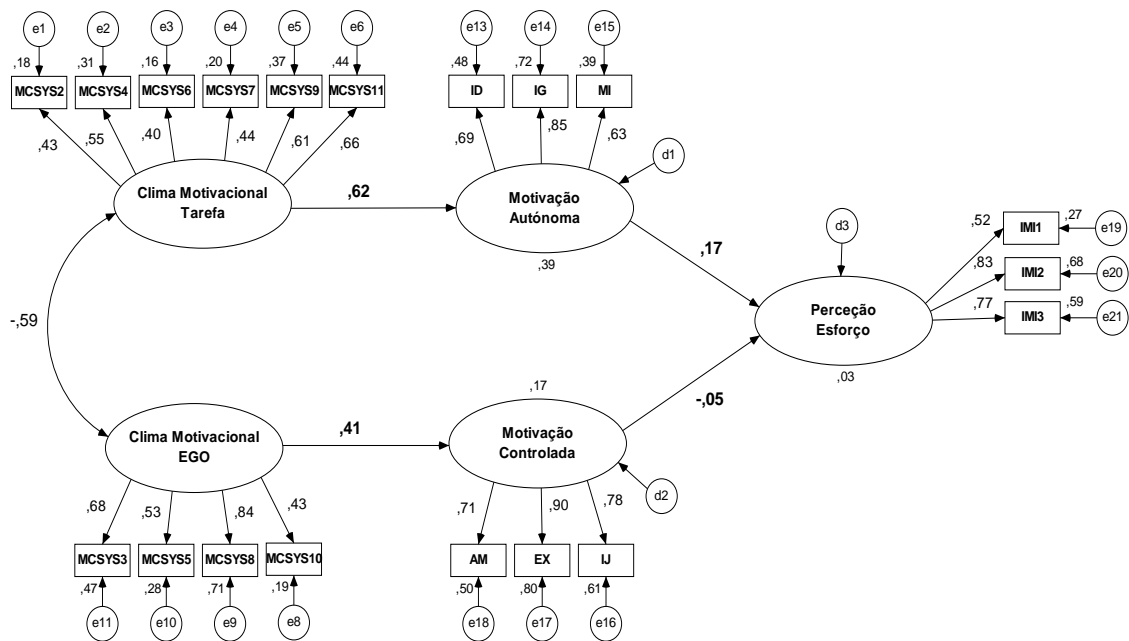


Figura 6- Parâmetros Individuais Estandarizados do Modelo Estrutural Hipotetizado

Relativamente à figura 1, podemos afirmar que existe uma correlação negativa significativa ($r=-.59$), entre o clima motivacional para o Ego e um clima motivacional para a Tarefa. Um clima motivacional orientado para a tarefa, tem um efeito positivo significativo, com a motivação autónoma ($\beta=.62$), que por sua vez tem um efeito positivo também significativo com a percepção do esforço ($\beta=.17$). Por outro lado um clima motivacional orientado para o ego tem um efeito positivo significativo sobre a motivação controladora ($\beta=.41$), que por sua vez tem um efeito negativo na percepção do esforço ($\beta=-.05$), no entanto esta não é significativa.

Verificamos ainda que o efeito indireto da percepção do clima motivacional orientado para o ego sobre a percepção de esforço do sujeito através da motivação controlada, é negativo, mas não é significativo ($\beta= -.02$). No entanto, o efeito indireto da percepção de um clima motivacional orientado para a tarefa, sobre a percepção de esforço do sujeito através da motivação autónoma é positivo e significativo ($\beta =.11$). Na sua totalidade as variáveis do modelo explicam apenas cerca de 4% da variância da percepção de esforço do sujeito.

4 Discussão e conclusão

Tendo por base o principal objetivo deste estudo, ou seja, analisar qual o impacto do clima motivacional, na regulação da motivação e percepção esforço dos atletas, na modalidade de futebol, concluímos que o nosso modelo final apresenta bons valores de ajustamento, se não vejamos: com base na análise do quadro 1, verificamos que os valores SRMR e RMSEA se ajustam, tendo em conta os valores de corte sugeridos por Hu e Bentler (1999), ou seja, $\leq .08$ e $\leq .06$, respetivamente. Por outro lado, os valores de NNFI e CFI, não vão de encontro aos valores sugeridos por Hu e Bentler (1999), ou seja, $\geq .95$, contudo aceitamos, visto que, nem todos os autores aconselham que se generalize os valores de corte sugeridos por Hu e Bentler. (Brown, 2006; Kline, 2005, 2011; Worthington & Whittaker, 2006, Mároco, 2010; Lonsdale, Hodge & Rose, 2008). Desta maneira, relativamente ao CFI, Brown (2006), Kline (2005, 2011) e Worthington e Whittaker (2006) referem que valores $\geq .90$ são aceitáveis. Assim e com base nestes autores concluímos que podemos definir estes dois indicadores como aceitáveis.

Relativamente às hipóteses em estudo, podemos concluir que aceitamos parcialmente a primeira hipótese, visto que, um clima motivacional orientado para o ego tem um valor preditivo positivo sobre as formas de motivação controladoras, tal como ilustra a figura 1. Por outro lado, apesar de as formas de motivação controladoras predizerem negativamente a percepção do esforço, esta não é significativa, tal como também ilustra a figura 1. De acordo com Ntoumanis (2001a), indivíduos orientados para o ego possuem uma relação direta com as formas de motivação menos autodeterminadas, ou seja, motivação controladora. Vários autores corroboram esta afirmação (Calvo, Leo, Sánchez, Jiménez e Cervelló, 2008; Álvarez, Castillo, Duda e Balaguer, 2009; Moreno, Cervelló e González-Cutre, 2010; López-Walle, Balaguer, Castillo e Tristán, 2011), um clima e orientação para o ego estão relacionados negativamente com a motivação autodeterminada. Cox e Williams (2008), num estudo realizado, também concluíram que o clima para o ego está associado a formas de motivação controladoras. Ahmadi, Namazizadeh e Mokhatari (2012), realçam a afirmação anterior, afirmando que um clima motivacional para o ego está ligado positivamente com a regulação externa e introjetada, ou seja, duas formas de motivação controladora, tal como também ilustra a figura 1. Estando um clima motivacional orientado para o ego, relacionado com formas de motivação menos autodeterminadas, a motivação intrínseca quebra quando os sujeitos são orientados para o ego, tal como afirma Nicholls (1989) e Deci e Ryan

(2000). Brunel (1999) destaca que o controlo das características de orientação para o ego influencia a autonomia de forma negativa. O mesmo autor sustenta que a orientação para o ego está relacionada com as formas de regulação externa e introjetada. Ferrer-Caja e Weiss (2000) e Kingston, Harwood e Spray (2006), nos seus estudos mostraram que indivíduos orientados para o ego têm uma relação forte com formas de regulação mais controladoras. Ntoumanis (2001a) destaca que indivíduos com elevadas orientações para o ego, especialmente quando ligado a baixas perceções de competência não levam à satisfação das necessidades psicológicas básicas. Por outro lado, no que respeita à consequência comportamental positiva do nosso estudo (perceção de esforço) e tendo em conta que na investigação não encontramos estudos onde a consequência comportamental positiva fosse a perceção de esforço, fundamentamos nas investigações levadas a cabo por Moreno, et al. (2010), López-Walle, et al., (2011) e Pelletier, et al., (2001), onde também relacionaram o clima motivacional, com as formas de motivação mais e menos autodeterminadas, com consequências comportamentais positivas, *flow* disposicional, autoestima e persistência, respetivamente. Como conclusão, os autores afirmaram que existia uma correlação negativa com a orientação para o ego, o que pode explicar o facto de também no nosso estudo, o clima orientado para o ego se relacionar negativamente, com a perceção de esforço e formas de motivação controladoras, apesar de no nosso estudo a relação não ser significativa.

No que respeita à segunda hipótese, podemos afirmar que aceitámos a hipótese na totalidade, dado que, o envolvimento para a tarefa tem uma relação positiva com a motivação intrínseca, como se pode observar pela análise da figura 1 (Deci & Ryan, 2000). Para Calvo, Leo, Sánchez, Jiménez e Cervelló, (2008), Álvarez, Castillo, Duda e Balaguer, (2009), Moreno, Cervelló e González-Cutre, (2010), López-Walle, Balaguer, Castillo e Tristán, (2011), um clima e orientação para a tarefa estão relacionados positivamente com a motivação autodeterminada (ver: figura 1). Spray, Wang, Biddle e Chatzisarantis (2006), num estudo onde foram avaliar os estilos comunicacionais numa tarefa da modalidade de golfe, concluíram que sujeitos com liberdade para comunicar, ou seja, autonomia, mostraram maior prazer e permanecem mais tempo na tarefa, revelando desta forma uma forte relação para a tarefa. Cox e Williams (2008), no seu estudo também afirmaram que um clima de implicação para a tarefa está associado a formas de motivação mais autodeterminadas (ver: figura 1). Ahmadi, Namazizadeh e Mokhtari (2012), sustentaram que o clima orientado para a tarefa está positivamente

relacionado com as formas de motivação mais autodeterminadas (i.e. motivação intrínseca, regulação identificada e integrada) e que existe uma relação negativa entre um clima orientado para tarefa, com a amotivação e a regulação externa. Sarrazin, et al., (2002) e Cox e Williams (2008) referem que este impacto positivo se assemelha a um comportamento autónomo.

Num estudo realizado com jovens futebolistas mexicanos (López-Walle et al., 2011), também foi realçado que sujeitos com orientações para a tarefa, estão positivamente ligados a formas de motivação mais autodeterminadas, como também revela o nosso estudo.

Ntoumanis (2001a) destaca que a orientação para a tarefa facilita a autonomia de comportamento, visto que, quando os indivíduos estão envolvidos numa tarefa a sua motivação para realizar a mesma deriva de propriedades intrínsecas e não dos resultados esperados. Para o mesmo autor, sujeitos com elevadas orientações para a tarefa preenchem uma ou mais necessidades psicológicas básicas, experienciando desta maneira satisfação enquanto lutam por aprender ou dominar competências desportivas. Ntoumanis e Biddle (1999) acrescentam que sujeitos, com um clima motivacional orientado para a tarefa revelam consequências positivas, tanto a nível cognitivo, comportamental e afetivo. Relativamente à consequência comportamental positiva (perceção de esforço) e visto que, não encontramos na investigação estudos onde tivesse sido relacionada esta consequência, baseamo-nos nas investigações realizadas por Moreno, et al., (2010), López-Walle, et al., (2011) e Pelletier, et al., (2001), onde os autores também relacionaram o clima motivacional, com as formas de motivação mais e menos autodeterminadas, e com consequências comportamentais positivas, *flow* disposicional, autoestima e persistência, respetivamente. Desta maneira, os trabalhos destes autores vão de encontro ao nosso estudo, na medida em que também eles observaram uma relação positiva e significativa entre a motivação autónoma e as consequências comportamentais positivas, *flow* disposicional, autoestima e persistência, o que poderá explicar a relação positiva e significativa, também por nós observada, entre a motivação autónoma e a consequência comportamental positiva, neste caso a perceção de esforço.

Em suma, com os resultados do presente estudo, podemos retirar importantes ilações para a prática, uma vez que, o modelo testado indica claramente que quando se promove

um clima motivacional orientado para a tarefa (um clima que dá ênfase ao desenvolvimento pessoal e na realização da atividade por critérios autorreferenciados), promove a motivação autodeterminada (a identificação do sujeito com a modalidade, a sua integração no *self* e da qual retira mais prazer com a prática), que por sua vez promove uma maior percepção de esforço por parte do atleta na realização das tarefas inerentes à mesma.

5 Referências Bibliográficas

Introdução Geral

- Álvarez.M, Castillo.I, Duda.J & Balaguer.I. (2009). Clima motivacional, metas de logro y motivación autodeterminada en futbolistas cadetes. *Revista de Psicología general y aplicada*. (pp 35-44). Vol.62, num 1-2;
- Alves, J., Brito, A., & Serpa, S. (1996). *Psicologia do Desporto. Manual do Treinador*. Lisboa: Psicosport;
- Balaguer, I. (2007). Clima motivacional, calidad de la implicación Y bienestar psicológico: una propuesta de intervención en equipos deportivos. In A.Blanco Y S. Rodriguez Marín (Eds.), *Intervención psicossocial* (pp-135-162). Madrid: Pearson Prentice Hall;
- Biddle, S., & Mutrie, N. (2001). *Psychology of Physical Activity: Determinants, well-being and interventions*. London: Routledge, Taylor & Francis Group;
- Calvo, T., Leo, F., Sánchez, P., Jiménez, R., & Cervelló, E. (2008). Importancia de los aspectos motivacionales sobre el grado de cohesión en quipos de fútbol. *Revista iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 3(1), 61-74;
- Deci, E., & Ryan, R. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press;
- Deci, E., & Ryan, R. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268;
- Dósil, J. (2004) *Psicologia de la Actividade física y del deporte*. Madrid: Mcgraw Hill;

- Finch, L. (2002). Understanding individual motivation in sport. In: Silva, J., & Stevens, D. (Eds.). *Psychological Foundations of Sport*. Boston: Allyn & Bacon;
- Harwood, C., & Biddle, S. (2002). The application of achievement goal theory in youth sport. In I. Cockerill (Org.), *Solutions in Sport Psychology* (pp. 58-60). Londres: International Thomson Business;
- Kingston, K., Harwood, C., & Spray, C. (2006). Contemporary Approaches to Motivation in Sport. In S. Hanton & S. Mellalieu (Eds.), *Literature Reviews in Sport Psychology* (pp. 159-180). New York: Nova Science Publisher.
- López-Walle, J., Balaguer, I., Castillo, I., Tristán, J. (2011). Clima motivacional percibido, motivación autodeterminada y autoestima en jóvenes deportistas mexicanos. *Revista de psicología del deporte*, vol 20, nº1, pp 209-222;
- Moreno, J., Cervelló, E., González-Cutre, D. (2010). The achievement goal and self determination theories as predictors of dispositional flow in young athletes. *Anales de psicología*, vol 26, nº2, 390-399;
- Ntoumanis, N. (2001a). Empirical links between achievement goal theory and self-determination theory in sport. *Journal of Sport Sciences*, 19, 397-409;
- Ntoumanis, N. (2001b). A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71, 225-242;
- Pelletier, L., Fortier, M., Vallerand, R., & Brière, N. (2001). Association among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25 (4), 279-306;
- Roberts, G. (2001). Understanding the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivational processes. In G. Roberts (Ed.), *Advances in Motivation in Sport and Exercise*. Champaign-Illinois: Human Kinetics;
- Ryan, R., & Deci, E. (2000a). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55 (1), 68-75;

- Samulski, D. (2002). *Psicologia do Esporte*. S. Paulo: Editora Manole;
- Sarrazin, P., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L., & Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32, 395-418;
- Spray, M., Wang, S., Biddle, S., Chatzisarantis, N. (2006). Understanding motivation in sport: na experimental test of achievement goal and selfdeterminaion theories. *European Journal of sport science*, 6(1), 43-51;
- Vallerand, R., & Rousseau, F. (2001). Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport and Exercise. In: Singer, R., Hausenblas, H., & Janelle, M. (Ed). *Handbook of sport psychology*. New York: Jonh Wiley e Sons, Inc;
- Vallerand, R. (2004). Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport. *Encyclopedia apllied psychology*, 2, 427-43;
- Wang, C., & Biddle, S. (2007). Understanding Young People's Motivation Toward Exercise. An Integration of Sport Ability Beliefs, Achievement Goal Theory, and Self- Determination Theory. In M. Hagger & N. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sport* . Champaign, Illinois: Human Kinetics;
- Weinberg, R., & Gould, D.(1995). *Foundations of sport and exercise psychology*.Champaing.Illinois: Human Kinetics;
- Weinberg, R. e Gould, D. (2001). *Fundamentos da Psicologia do Esporte e do Exercício*. 2ª Ed. Porto Alegre: Artmed Editora;
- Weiss, M. e Ferrer-Caja, E. (2002). Motivational Orientations and Sport Behaviour. In Thelma S. Horn (Ed). *Advances in Sport Psychology*. Champaign, Illinois: Human Kinetics, p. 101-110;

Estudo- 1

- Ahmadi, M., Namazizadeh, M., & Mokhtari, P. (2012). Perceived Motivational Climate, Basic Psychological Needs and Self-determination Motivation in Youth Athletes. *World Applied Sciences Journal*, 16(9), 1189-1195;
- Álvarez, M., Castillo, I., Duda, J. & Balaguer, I. (2009). Clima motivacional, metas de logro y motivación autodeterminada en futbolistas cadetes. *Revista de Psicología general y aplicada*. (pp 35-44). Vol.62, num 1-2;
- Bentler, M. (2006). *EQS 6 Structural Equation Program Manual*. Encino, C.A: Multivariate Software, Inc;
- Biddle, S., Soos, I., & Chatzisarantis, N. (1999). Predicting Physical Activity Intentions Using Goal Perspectives and Self-Determination Theory Approaches. *European Psychologist*, 4(2), 83-89;
- Biddle, S., Chatzisarantis, N., & Hagger, M. (2001). Self-determination theory in sport and exercise. In F. Cury, P. Sarrazin, & J. P. Famoso (Orgs.), *Theories de la motivation et sport: Etats de la Recherche*. Paris: Presses Universitaires de France;
- Biddle, S., & Mutrie, N. (2001). *Psychology of Physical Activity: Determinants, well-being and interventions*;
- Biddle, S., Markland, D., Gilbourne, D., Chatzisarantis, N., & Sparkes, A. (2001). Research methods in sport and exercise psychology: quantitative and qualitative issues. *Journal of Sports Sciences*, 19, 777-809;
- Brown, T. (2006). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*. New York: The Guilford Press;
- Byrne, B. (1994). *Structural Equation Modeling with EQS and EQS/Windows. Basic Concepts, Applications, and Programming*. California. London: Sage Publications;
- Byrne, B. (2006). *Structural Equation Modeling with EQS. Basic Concepts, Applications, and Programming*. California (2nd ed). New Jersey: Mahawn;

- Chatzisarantis, N., Hagger, M., Biddle, S., Smith, B., & Wang, J. (2003). A meta-analysis of perceived locus of causality in exercise, sport, and physical education contexts. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 284–306;
- Cid, L. (2010). *Aplicação de modelos teóricos motivacionais ao contexto do exercício*. UTAD- Dissertação de Doutoramento não publicada;
- Cid, L., Rosado, A., Leitão, C., & Alves, J. (2012). Tradução e Validação de Questionários em Psicologia do Desporto. In António Rosado, Isabel Mesquita & Carlos Colaço (Eds.), *Métodos e Técnicas de Investigação Qualitativa*. Lisboa: Edições FMH.
- Conray, D., & Coastworth, D. (2007). Assessing autonomy-supportive coaching strategies in youth sport. *Psychological sport exercise*. 8(5), 671-684;
- Cresswell, S., & Eklund, C. (2005). Changes in athlete burnout and motivation over a 12-week league tournament. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 37, 1957–1966;
- Deci, E., & Ryan, R. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press;
- Deci, E., & Ryan, R. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268;
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). *Handbook on self-determination research*. Rochester NY: University of Rochester Press;
- Deci & Ryan. (2004) *Handbook of self-determination research*. Rochester (NY): University of Rochester Press;
- Deci, E., & Ryan, R. (2008). *Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health*. *Canadian Psychology*, 49 (3), 182-185;
- Duda, J. L., Chi, L., Newton, M. L., Walling, M. D. & Catley, D. (1995). Task and ego orientation and intrinsic motivation in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 40-63;
- Gagné, M., Ryan, R., & Bargmann, K. (2003). Autonomy support and need satisfaction in the motivation and well-being of gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 372-390;

- Hair, J., Black, W., Babin, B., Anderson, R., & Tatham, R. (2006). *Multivariate Data Analysis* (6th ed.). New Jersey: Pearson Educational, Inc;
- Hu, L., & Bentler, P. (1999). Cutoff Criteria for Fit Indexes in Covariance Structure Analysis: Conventional Criteria Versus New Alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1),1-55;
- Kahn, J. (2006). Factor Analysis in Counseling Psychology. Research, Training, and Practice: Principles, Advances and Applications. *The Counseling Psychologist*, 34(5), 684-718;
- Kingston, K., Harwood, C., & Spray, C. (2006). Contemporary Approaches to Motivation in Sport. In S. Hanton & S. Mellalieu (Eds.), *Literature Reviews in Sport Psychology* (pp. 159-180). New York: Nova Science Publisher;
- Kline, R. (2005). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (2nd ed.). New York: The Guilford Press;
- Kline, R. (2011). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (3rd ed.). New York: The Guilford Press;
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. (2008). The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument Development and Initial Validity Evidence. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 30, 323-355;
- López-Walle, J., Balaguer, I., Castillo, I., Tristán, J. (2011). Clima motivacional percibido, motivación autodeterminada y autoestima en jovens deportistas mexicanos. *Revista de psicología del deporte*, vol 20, n°1, pp 209-222;
- Mallett, C., Kawabata, M., Newcombe, P., Otero-Forero, A., & Jackson, S. (2007a). Sport Motivation Scale-6 (SMS-6): A revised six-factor sport motivation scale. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 600–614;
- Mallett, C., Kawabata, M., & Newcombe, P. (2007b). Progressing measurement in sport motivation with the SMS-6: A response to Pelletier, Vallerand, and Sarrazin. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 622–631;

- Markland, D. & Ingledew, D. (2007). The relationship between body mass and body image and relative autonomy for exercise among adolescent males and females. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 836-853;
- Martens, M. P., & Webber, S. N. (2002). Psychometric properties of the sport motivation scale: An evaluation with college varsity athletes from the U.S. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 254–270;
- Martin, J., & Cutler, K. (2002). An exploratory study of flow and motivation in theatre actors. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 344–352;
- Mâroco, J. (2010). *Análise de equações estruturais* (1^a ed). Pêro Pinheiro: Edições Report number;
- Moreno, J., & Martinez,A., (2006). Importancia de la teoria de la autodeterminación en la práctica físico-deportiva: fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de Psicología del deporte*. 6(2), 40-54;
- Ntoumanis, N. (2001a). Empirical links between achievement goal theory and selfdetermination theory in sport. *Journal of Sport Sciences*, 19, 397-409;
- Ntoumanis, N. (2001b). A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71, 225-242;
- Ntoumanis, N., Pensgaard, A.M., Martin, C., & Pipe, K. (2004). An ideographic analysis of amotivation in compulsory school physical education. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 26, 197-214;
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The sport motivation scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35–53;
- Pelletier, L., Tuson, K., Green-Demers, I., Noels, K., Beaton, A. (1998). Why are you doing things for the environment? The Motivation Toward the Environment Scale. *Journal of Applied Social Psychology*, 28, 437-468;
- Pelletier, L. G., Kabush, D., Vallerand, R. J., & Sharp, E. C. (2007). *The revised SMS: Support for the integrated regulation subscale*. Canada: University of Ottawa;

- Pelletier, L., Rocchi, M., Vallerand, R., Deci, E., Ryan, R. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology and Sport Exercise*, 14, 329-341;
- Ryan, R., & Connell, J. (1989). Perceived locus of causality and internalization: examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 749-761;
- Ryan, R., & Deci, E. (2000a). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55 (1), 68-75;
- Ryan, R & Deci, E. (2000b). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54-67;
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000c). The darker and brighter sides of human existence: basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11 (4), 319-338;
- Ryan, R., & Deci, E. (2002). Overview of Self-Determination Theory: An Organismic Dialectical Perspective. In E. Deci & R. Ryan (Eds.), *Handbook of Self-Determination Research* (pp. 3-33). Rochester, New York: The University of Rochester Press;
- Ryan, R., & Deci, E. (2007). Active human nature: self-determination theory and the promotion and maintenance of sport, exercise and health. In: Hagger.M & N.Chazisantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport* (pp 3-16). Champaign-Illinois: Human Kinetics;
- Spray, M., Wang, S., Biddle, S., Chatzisarantis, N. (2006). Understanding motivation in sport: an experimental test of achievement goal and self-determination theories. *European Journal of sport science*, 6(1), 43-51;
- Standage, M., Duda, J., & Ntoumanis, N. (2003). A Model of Contextual Motivation in Physical Education: Using Constructs From Self-Determination and Achievement Goal Theories to Predict Physical Activity Intentions. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 97-110;
- Vallerand, R., & Losier, G. (1999). An Integrative Analysis of Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport. *Journal of Applied Social Psychology*, 11, 142-169;

- Vallerand, R. (2004). Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport. *Encyclopedia applied psychology*, 2, 427-435;
- Vallerand, R., Pelletier, L., Koestner, R. (2008). Reflexions on Self-Determination Theory. *Canadian Psychology*, 49(3), 257-262;
- Viladrich, C., Torregrosa, M., Cruz, J. (2011). Calidad psicométrica de la adaptación española del cuestionario de Regulation Conductual en el Deporte. *Psicotheme*, 23 (4), 786-794;
- Worthington, R., & Whittaker, T. (2006). Scale Development Research. A Content Analysis and Recommendations for Best Practices. *The Counseling Psychologist*, 34(6), 806-838.

Estudo-2

- Ahmadi, M., Namazizadeh, M., & Mokhtari, P. (2012). Perceived Motivational Climate, Basic Psychological Needs and Self-determination Motivation in Youth Athletes. *World Applied Sciences Journal*, 16(9), 1189-1195;
- Alvarez, M. Castillo, I., Duda, J., & Balaguer, I. (2009). Clima motivacional, metas de logro y motivación autodeterminada en futbolistas cadetes. *Revista de Psicología general y aplicada*. (pp 35-44). Vol.62, num 1-2;
- Ames, C. (1992). Achievement goals, motivational climate and motivational processes. In: Roberts GC, editor. *Motivation in sport and exercise*, pp (161-176). Champaign (IL): Human Kinetics.
- Bentler, M. (2006). *EQS 6 Structural Equation Program Manual*. Encino, C.A: Multivariate Software, Inc;
- Biddle, S., Markland, D., Gilbourne, D., Chatzisarantis, N., & Sparkes, A. (2001). Research methods in sport and exercise psychology: quantitative and qualitative issues. *Journal of Sports Sciences*, 19, 777-809;
- Biddle, S., Soos, I., & Chatzisarantis, N. (1999). Predicting Physical Activity Intentions Using Goal Perspectives and Self-Determination Theory Approaches. *European Psychologist*, 4(2), 83-89;
- Biddle, S., Chatzisarantis, N., & Hagger, M. (2001). Self-determination theory

in sport and exercise. In F. Cury, P. Sarrazin, & J. P. Famose (Orgs.), *Theories de la motivation et sport: Etats de la Recherche*. Paris: Presses Universitaires de France;

Brown, T. (2006). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*. New York: The Guilford Press;

Brunel, P. (1999). Relationship between achievement goal orientations and perceived motivational climate on intrinsic motivation. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 9, 365-374;

Byrne, B. (1994). *Structural Equation Modeling with EQS and EQS/Windows. Basic Concepts, Applications, and Programming*. California. London: Sage Publications;

Byrne, B. (2006). *Structural Equation Modeling with EQS. Basic Concepts, Applications, and Programming*. California (2nd ed). New Jersey: Mahawn;

Chatzisarantis, N., & Hagger, M. (2005). *The social psychological of exercise and sport*. (pp 113-116). England: Mcgraw-Hill;

Cid, L., Rosado, A., Leitão, C., & Alves, J. (2012). Tradução e Validação de Questionários em Psicologia do Desporto. In António Rosado, Isabel Mesquita & Carlos Colaço (Eds.), *Métodos e Técnicas de Investigação Qualitativa*. Lisboa: Edições FMH;

Cid, L. & Louro, H. (2010). Praticar natação é uma paixão ou um sacrifício? Estudo da relação entre o tipo de paixão que o atleta sente pela modalidade e a sua orientação motivacional. *Revista Iberoamericana de Psicologia del Ejercicio y el Deporte*, 5, 99-114;

Cox, A., y Williams, L. (2008). The Roles of Perceived Teacher Support, Motivational Climate, and Psychological Need Satisfaction in Students' Physical Education Motivation. *Journal of Sport y Exercise Psychology*, 30, 222-239;

- Cumming, S., Smith, R., Smoll, F., Standage, M., & Grossbard, J. (2008). Development and validation of the achievement goal scale for youth sports. *Psychology of Sport and Exercise*, Elsevier, 9, 686-703;
- Deci, E., & Ryan, R. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press;
- Deci, E., & Ryan, R. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11 (4), 227-268;
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). *Handbook on self-determination research*. Rochester NY: University of Rochester Press;
- Deci, E., & Ryan, R. (2008). *Self-Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health*. Canadian Psychology, 49 (3), 182-185;
- Dósil, J. (2004) *Psicología de la Actividade física y del deporte*. Madrid: McgrawHill;
- Duda, J.L. (1992). *Motivation in sport settings: A goal perspective approach*. In *Motivation in Sport and Exercise* (pp. 57- 79). Champaign, Illinois: Human Kinetics;
- Duda, J.L. (1996). Maximizing motivation in sport and physical education among children and adolescents: the case for greater task involvement. *Quest*, 48, 290-302;
- Duda, J.L. (2001) Achievement goal research in sport: pushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. In G.C. Roberts (ed.), *Advances in Motivation in Sport and Exercise* (pp. 129-132). Champaign, IL: Human Kinetics;
- Ferrer-Caja, E. & Weiss, M.R. (2000). Predictors of intrinsic motivation among adolescent students in physical education. *Research quarterly for exercise and sport*, 71 (3), 267-279;
- Fonseca, A., & Brito, A. (2001). Propriedades Psicométricas da versão portuguesa do Intrinsic Motivation Inventory (IMI) em contextos de Actividade Física e Desportiva. *Análise Psicológica*, 19 (1), 59-76;
- Fortier, M., Sweet, N., O'Sullivan, T., & Williams, G. (2007). A self-determination process model of physical activity adoption in the context of a randomized controlled trial. *Psychology of Sport and Exercise* 2007, 8, 741–757;

- Gutiérrez, M., & Escartí, A. (2006). Influencia de padres y profesores sobre las orientaciones de meta de los adolescentes y su motivación intrínseca en Educación Física. *Revista de Psicología del Deporte*, 15 (1), 23-35;
- Hair, J., Black, W., Babin, B., Anderson, R., & Tatham, R. (2006). *Multivariate Data Analysis* (6th ed.). New Jersey: Pearson Educational, Inc;
- Harter, S. (1981). A new self report scale of intrinsic versus extrinsic orientation in the classroom: motivacional and informational componentes. *Developmental Psychological*, 17, 300-312;
- Harwood, C., & Biddle, S. (2002). The application of achievement goal theory in youth sport. In I. Cockerill (Org.), *Solutions in Sport Psychology* (pp. 58-60). Londres: International Thomson Business;
- Hu, L., & Bentler, P. (1999). Cutoff Criteria for Fit Indexes in Covariance Structure Analysis: Conventional Criteria Versus New Alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1-55;
- Kahn, J. (2006). Factor Analysis in Counseling Psychology. Research, Training, and Practice: Principles, Advances and Applications. *The Counseling Psychologist*, 34(5), 684-718;
- Kline, R. (2005). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (2nd ed.). New York: The Guilford Press;
- Kline, R. (2011). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (3rd ed.). New York: The Guilford Press;
- Kingston, K., Harwood, C., & Spray, C. (2006). Contemporary Approaches to Motivation in Sport. In S. Hanton & S. Mellalieu (Eds.), *Literature Reviews in Sport Psychology* (pp. 159-180). New York: Nova Science Publisher;
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. (2008). The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument Development and Initial Validity Evidence. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 30, 323-355;
- López-Walle, J., Balaguer, I., Castillo, I., Tristán, J. (2011). Clima motivacional percibido, motivación autodeterminada y autoestima en jovens deportistas mexicanos. *Revista de psicología del deporte*, vol 20, nº1, pp 209-222;

- Mâroco, J. (2010). *Análise de equações estruturais* (1ª ed). Pêro Pinheiro: Edições Report number;
- McAuley, E., Duncan, T., & Tammen, V.V. (1989), Psychometric properties of the Intrinsic Motivation Inventory in a competitive sports settings. *Research quartel for exercise and sport*, 60 (1), 48-58;
- Moreno, J., Cervelló,E., González-Cutre, D. (2010). The achievement goal and self determination theories as predictors of dispositional flow in young athletes. *Anales de psicologia*, vol 26, nº2, 390-399;
- Nicholls, J. (1984). Achievement Motivation: Conceptions of Ability, Subjective Experience, Task Choice, and Performance. *Psychological Review*, 91 (3), 328-346;
- Nicholls, J. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge: Harvard University Press;
- Ntoumanis, N., & Biddle, S. (1999). A review of motivational climate in physical activity. *Journal of Sport Science*,17,643-665;
- Ntoumanis, N. (2001a). Empirical links between achievement goal theory and selfdetermination theory in sport. *Journal of Sport Sciences*, 19, 397-409;
- Pelletier, L., Fortier, M., Vallerand, R., & Brière, N. (2001). Association among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25 (4), 279-306;
- Pintrich, P. (2000). An achievement Goal Theory Perspetive on Issues in Motivation Terminology, Theory, and Research. *Contemporany Educational Psychology*, 25, 92-104;
- Pires, A., Cid, L., Borrego, C., Alves, J., & Silva, C. (2010). Validação preliminar de um questionário para avaliar as necessidades psicológicas básicas em educação física. *Motricidade*, 6 (1), 33-51;
- Ryan, R., & Deci, E. (2002). Overview of Self-Determination Theory: An Organismic

- Dialectical Perspective. In E. Deci & R. Ryan (Eds.), *Handbook of Self-Determination Research* (pp. 3-33). Rochester, New York: The University of Rochester Press;
- Ryan, R & Deci, E. (2000b). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54-67;
- Ryan, R., & Deci, E. (2007). Active human nature: self-determination theory and the promotion and maintenance of sport, exercise and health. In: Hagger.M & N.Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport* (pp 3-16). Champaign-Illinois: Human Kinetics;
- Sarrazin, P., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L., & Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32, 395-418;
- Steinberg, G., & Maurer, M. (1999). Multiple goal strategy: theoretical implications and practical approaches for motor skill instruction. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*. 70 (2), 61-65;
- Smith, R., Cumming, S., & Smoll, F. (2008). Development and Validation of the Motivational Climate Scale for Youth Sports. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20, 116-136;
- Teixeira, P., Carraça, E., Markland, D., Silva, M., Ryan, R. (2012). Exercise, physical activity and self-determination theory: a systematic review. *Journal of behavioral nutrition and physical activity*, 9, 9-78;
- Wang, C., & Biddle, S. (2007). Understanding Young People's Motivation Toward Exercise. An Integration of Sport Ability Beliefs, Achievement Goal Theory, and Self-Determination Theory. In M. Hagger & N. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Exercise and Sport*. Champaign, Illinois: Human Kinetics;
- Worthington, R., & Whittaker, T. (2006). Scale Development Research. A Content Analysis and Recommendations for Best Practices. *The Counseling Psychologist*, 34(6), 806-838.

